Mémento Fédéral

Pratiquer - Encadrer - Organiser
des activités de marche et de randonnée pédestre

- Recommandations
- Règles techniques
- Sécurité

Approuvé par le Comité Directeur du 20 juin 2014 - vers. juillet 2016

Fédération Française de la Randonnée Pédestre
64, rue du Dessous des Berges - 75013 Paris - tél. 01 44 89 93 90 - fax 01 40 35 10 73
Centre d'information : tél. 01 44 89 93 93 - fax 01 40 35 85 67 - pratiques@ffrandonnee.fr

FFRandonnée
www.ffrandonnee.fr

Association reconnue d'utilité publique. Agréée par le Ministère de la Santé, de la Jeunesse et des Sports et le Ministère de l'Écologie, du Developpement et de l'Aménagement durables. Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre. Association de tourisme agréée n° AG 075 03 0002. Code APE : 913E - Siret : 30358816400051

VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

Sommaire

PRÉAMBULE 4

Champ d'application – définitions 4

- La randonnée pédestre 4
- Les activités connexes à la randonnée pédestre 5
  - Comprises dans le champ de la délégation attribuée à la FFRandonnée 5
  - Non comprises dans le champ de la délégation attribuée à la FFRandonnée 5
  - Les valeurs citoyennes des activités de marche et de randonnée 5

I – PRATIQUANTS 6

I.1 – Recommandations de sécurité de la pratique 6

II.1.1 – Recommandations sur le certificat médical de non contre-indication à la pratique 6

II.1.2 – Règles concernant les certificats médicaux 6

I.2 – Recommandations liées à l'itinéraire 6

I.3 – Recommandations particulières liées au milieu traversé 6

I.4 – Règles particulières en fonction de la réglementation des espaces protégés 7

I.5 – Recommandations particulières en fonction des conditions météorologiques 8

I.6 – Recommandations liées au niveau de pratique du randonneur 9

II – ENCADRANTS 10

Définition 10

II.1 – Recommandations générales d'encadrement 10

II.1.1 – Recommandations pour la préparation et la conduite d'une randonnée 10

II.1.2 – Recommandations pour la randonnée sur route 11

II.1.3 – Règles d'encadrement au sein des associations de la FFRandonnée 12

II.2 – Règles particulières d'encadrement en fonction du public encadré 12

II.2.1 – Règles d'encadrement propres à un groupe de mineurs type Accueil Collectif de Mineurs (ACM) 12

II.2.2 – Règles d'encadrement propres à la randonnée en milieu scolaire 15

II.2.3 – Règles d'encadrement propres à un public en situation de handicap moteur 16

II.2.4 – Règles d'encadrement propres à un public en situation de handicap mental 16

II.2.5 – Règles d'encadrement dans le cas d'une prestation contre rémunération 16

II.3 – Règles particulières d'encadrement en fonction de la forme de randonnée pratiquée 18

II.3.1 – Règles d'encadrement spécifiques à la randonnée en milieu enneigé 18

II.3.2 – Recommandations d'encadrement spécifiques à la marche nordique 20

II.3.3 – Règles d'encadrement spécifiques à la marche aquatique côtière / longe-côte 20

II.3.4 – Règles d'encadrement spécifiques aux clubs labellisés Rando Santé® 21



© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.

Sommaire

III – ORGANISATEURS DE MANIFESTATIONS DE RANDONNÉE 23

III.1 – Règles générales d'organisation 23

III.1.1 – Déclaration et autorisation 23

III.1.2 – Obligation d'assurance 24

III.1.3 – Obligation de remise en état des voies 24

III.1.4 – Surveillance médicale et organisation des secours 24

III.1.5 – Balisage 25

III.2 – Règles d'organisation des Rando challenges® 26

III.2.1 – Généralités 26

III.2.2 – Règles techniques 26

III.2.3 – Coupe de France des clubs de randonnée pédestre 29

III.2.4 – Préconisations relatives aux Rando challenges® Découverte 30

III.3 – Manifestation de Longe-Côte - Marche Aquatique Cotière (LC-MAC) 30

III.3.1 – Règles d'organisation de manifestations de Longe-Côte - Marche Aquatique Côtière 30

III.3.2 – Règles d'organisation de compétitions de Longe-Côte - Marche Aquatique Côtière 32

III.3.3 – Règles particulières d'organisation d'un championnat de France de Longe-Côte - Marche Aquatique Côtière 34

III.4 – Règles d'organisation des marches d'endurance 35

III.5 - Recommandations d'organisation des manifestations de marche nordique 35

III.6 – Règles d'organisation des séjours 36

III.6.1 – Règles d'organisation des séjours touristiques 36

III.6.2 – Règles d'organisation des séjours sportifs à destination des mineurs 36

ANNEXES 37

Annexe 1 : synthèse des catégories et types d'espaces naturels protégés 37

Annexe 2 : Quiz «Quel randonneur êtes-vous ?» 38

Annexe 3 : Charte du randonneur 39-40

Annexe 4 : Référentiel de compétence de l'animateur de randonnée 41-42

Annexe 5 : Échelle européenne de risque d'avalanche, à l'intention du public pratiquant la montagne hors des pistes balisées et ouvertes 43

Annexe 6 : Exemples de carte 44

Annexe 7 : Exemple d'emplacements de bornes FFRandonnée 44

Annexe 8 : Borne FFRandonnée 45

Annexe 9 : Fiche de contrôle 45

Annexe 10 : Contenu minimal de la trousse de secours 45

Annexe 11 : Barème de points manches de la coupe de France des clubs de randonnée pédestre 45



© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.

Préambule

Ce règlement comporte des règles et des recommandations qui n'ont pas le même effet en matière d'obligation :

- La règle obligatoire s'impose au pratiquant, animateur ou organisateur quelles que soient les conditions particulières de la pratique ou de l'événement auquel elle doit s'appliquer.
- Dans le cadre d'une recommandation c'est à son destinataire de décider, selon les circonstances, si elle doit s'appliquer ou non.

En terme de responsabilité, le non respect d'une règle obligatoire ayant causé un dommage engagera quasi certainement la responsabilité de celui qui était censé l'appliquer, alors que le non respect d'une recommandation pourra se justifier par lesdites circonstances, à la condition que le dommage ne trouve pas son origine dans ce non respect.



Pour simplifier la lecture, les règles sont mises en exergue grâce à un encadré rose et un picto.

Champs d'application – définitions

La randonnée pédestre

«La randonnée pédestre est une activité physique ou sportive de nature qui consiste à concevoir et parcourir un itinéraire en marchant et sans courir. Elle se pratique sur tous supports permettant un cheminement pédestre sans équipements et/ou techniques de progression liés à l'alpinisme. Cet itinéraire pédestre peut être matérialisé par des éléments de balisage et de signalisation ou non».

Elle se décline différemment en fonction des objectifs de pratique :

- Activité physique ou sportive, qui demande une condition physique, une appréciation des aléas liés au milieu et un équipement adapté dans une pratique individuelle ou collective ;
- Activité éducative et de loisir, qui permet de découvrir et d'apprendre à connaître le terrain de pratique, l'environnement et les patrimoines naturels, culturels et humains ;
- Activité compétitive, codifiée dans un règlement des épreuves de Rando challenge®, ou de marche d'endurance (Brevets Audax et Défi GR®) permettant de classer les individus et les structures.

Elle varie dans ses appellations en fonction de la durée de la pratique. Plusieurs appellations, qui correspondent à la définition précédente, expriment les différents formats de pratique en fonction de la durée du temps effectif de marche :

- Une **promenade** est un itinéraire pédestre parcouru en moins de 4 heures de temps effectif de marche (indice maximum d'effort de 25)[1] ;
- Une **randonnée** est un parcours pédestre dont le temps effectif de marche est supérieur à 4 heures (indice d'effort à partir 26) ;
- Une **grande randonnée** est un parcours pédestre dont le temps effectif de marche est de plusieurs journées consécutives en itinérance (indice d'effort à partir de 26 répété sur plusieurs jours). On parle de trek quand celle-ci se déroule en pays lointain ou en altitude.

1 - L'indice d'effort (Hiking index) est un des trois critères de la cotation fédérale des randonnées pédestres disponible à : **http://www.ffrandonnee.fr/_241/cotation-de-randonnees-pedestres.aspx**

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.

Les activités connexes à la randonnée pédestre

Comprise dans le champ de la délégation[2] attribuée à la FFRandonnée

La Marche Aquatique Côtière (MAC) ou Longe Côte est une activité physique ou sportive qui consiste à marcher en milieu aquatique au bon niveau d'immersion, c'est-à-dire avec une hauteur d'eau optimale située entre le nombril et les aisselles (immersion minimum au-dessus de la taille) avec et sans pagaie.

La Marche d'Endurance (ME) est une activité physique ou sportive au cours de laquelle le participant doit réaliser un parcours déterminé en respectant une allure moyenne de marche préalablement définie.

Non comprise dans le champ de la délégation attribuée à la FFRandonnée

La Raquette À Neige (RAN) est une activité physique ou sportive se déroulant en milieu enneigé avec un équipement de progression permettant d'augmenter la portance sur la neige et d'éviter de glisser.

La Marche Nordique (MN) est une activité physique ou sportive se déroulant sur un parcours connu ou reconnu et consistant à marcher en accentuant le mouvement naturel des bras à l'aide de bâtons spécifiques permettant de propulser le corps vers l'avant.

Les activités pédestres suivantes ne sont pas des activités connexes à la randonnée pédestre et n'entrent pas dans le champ d'application du règlement fédéral :

- la course sur sentier ou course en montagne (compétition de Trail codifiée par la FF Athlétisme) ;
- la marche athlétique (compétition de marche codifiée par la FF Athlétisme).

2 - Cf. L131-14 à L131-21 du Code du Sport.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.

I – PRATIQUANTS

Les pratiquants sont l'ensemble des randonneurs pédestres, licenciés ou non, individuels ou en groupes constitués.

I.1 – Recommandations de sécurité de la pratique

La pratique de la randonnée pédestre ou d'une activité connexe par un individu ou un groupe engage la responsabilité (morale, civile, pénale) de ces derniers. Une pratique de l'activité dans des conditions optimales de sécurité permet de favoriser son développement, de responsabiliser l'individu ou le groupe et de répondre à l'obligation de sécurité des associations à l'égard de leurs membres.

Cette pratique nécessite un processus logique constituant une chaîne de sécurité. Son objectif majeur est de passer au crible l'ensemble des paramètres qui vont conditionner la sécurité et le succès de la randonnée. Ce processus est appelé IPECA (Information, Préparation, Équipement, Comportement et Adaptation), (cf. II.1.1).

Préalablement à toute sortie, il est particulièrement important pour le pratiquant, de :

- récolter des informations détaillées sur l'itinéraire (niveaux d'effort physique, de technicité et de risque), sur le terrain de pratique (milieux et espaces), sur les prévisions météorologiques,
- et d'estimer son propre niveau pour valider l'adéquation avec l'itinéraire envisagé.

I.1.1 : Recommandation sur le Certificat Médical de Non Contre-Indication à la pratique :

Les activités de marche et de randonnée sont des activités physiques et sportives présentant de multiples bienfaits pour la santé ; cependant, avant de les pratiquer, il est fortement recommandé de consulter son médecin pour s'assurer de l'absence de contre-indication médicale.

I.1.2 : Règles concernant ces certificats médicaux pour les adhérents FFRandonnée

Conformément à l'article L231-2 du code du Sport, pour pratiquer l'adhérent FFRandonnée doit :

- Fournir un certificat médical lors de son adhésion et sa première prise de licence. Ce certificat doit attester de la non contre-indication à la pratique de la randonnée pédestre et/ou des activités physiques pratiquées dans le cadre de la licence. Il doit être archiver pour pouvoir le produire si nécessaire.
- Renouveler ce certificat médical tous les 3 ans, sauf pour :

- les pratiquants âgés de plus de 70 ans
- les pratiquants de la Rando Santé® au sein d'un club labellisé
- les pratiquants du Longe Côte - Marche Aquatique Côtière
- les pratiquants en compétition du Rando challenge®

pour qui le renouvellement est annuel.



I.2 – Recommandations liées à l'itinéraire

Les caractéristiques de l'itinéraire ainsi que le niveau de la randonnée doivent être appréciés à l'aide de différents éléments dont par exemple la carte au 1/25 000e, la documentation descriptive et le système de cotation des itinéraires développé par la FFRandonnée,
(cf. **http://www.ffrandonnee.fr/_241/cotation-de-randonnees-pedestres.aspx**); il repose sur trois critères :

- L'effort (système de calcul IBP index/ FFRandonnée) ;
- La technicité (présence ou non d'obstacles plus ou moins importants) ;
- Le risque (gravité plus ou moins importante des accidents corporels en cas de chutes ou glissades).

La conjugaison de ces 3 critères permet d'exprimer la réelle difficulté de chaque randonnée pédestre.

I.3 – Recommandations particulières liées au milieu traversé

La connaissance du milieu est primordiale, elle conditionne le reste de la chaine de secours notamment en termes de préparation et d'équipement, etc.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



Les différents types de milieux traversés peuvent être :

La plaine :
La « plaine » est l'ensemble des espaces géographiques caractérisés par une surface topographique plane, avec des pentes relativement faibles et situées à basse altitude. Les territoires de plaine sont toutes les communes qui ne sont pas classées dans la Loi dite Montagne du 9 janvier 1985[3-4].

Le piémont :
Le « piémont » est l'ensemble des zones couvertes par la Loi Montagne mais situées en-dessous du seuil d'altitude «Montagne» défini pour chaque massif français de métropole[5].

La montagne nordique :
La « Montagne nordique » est l'ensemble des zones situées au-dessus du seuil d'altitude « Montagne » défini pour chaque massif français de métropole mais n'ayant pas de phénomènes avalancheux répertoriés dans la base de données GASPAR[6].

La montagne alpine :
La « Montagne alpine » est la zone située au-dessus du seuil d'altitude « Montagne » défini pour chaque massif ayant des phénomènes avalancheux répertoriés dans la base GASPAR.
Cependant, des phénomènes avalancheux ponctuels et localisés peuvent être observés dans des zones non répertoriées dans la base GASPAR. Cf. **http://www.sports.gouv.fr/pratiques-sportives/pratique-securite** page internet du Ministère des Sports dédiée à la prévention et à la sécurité.

Le milieu tropical équatorial :
Le « Milieu tropical équatorial » est l'ensemble des espaces géographiques caractérisés par un climat tropical proche de l'équateur (Guyane).

Le milieu soumis au risque Incendie :
Le « Milieu soumis au risque Incendie » est l'ensemble des espaces géographiques soumis au risque de feu de forêt et faisant l'objet d'une réglementation spécifique[7].

Le milieu aquatique dédié à la Marche Aquatique Côtière (MAC) :
Le « milieu dédié à la MAC » est l'ensemble des zones d'eau maritimes :
- accessibles à pied, c'est-à-dire situées principalement dans «la bande des 300 mètres» correspondant à la zone de baignade; c'est-à-dire dans un périmètre où s'exerce la compétence des communes et de l'État en matière de sauvetage en mer (loi littoral du 3 janvier 1986) ;
- situées sur des plages de sable à faible devers ne présentant ni obstacle majeur, ni risque particulier.

La pratique en eau douce (lacs, rivières, torrents, ruisseaux, etc.) est par conséquent exclue, pour des raisons de protection d'environnement.



I.4 – Règles particulières en fonction de la réglementation des espaces protégés

La randonnée pédestre est soumise à la réglementation des espaces protégés. Il convient pour les pratiquants comme pour les animateurs de respecter les réglementations spécifiques de ces espaces. Par «espaces protégés», la FFRandonnée fait référence à tout espace géographique clairement défini, reconnu, consacré et géré, par tout moyen efficace, afin d'assurer à long terme la conservation de la nature ainsi que les services et les valeurs qui lui sont associés[8]. La réglementation des espaces protégés a des incidences sur la pratique de la randonnée pédestre sur le plan des accès et des comportements à observer[9].

---

3 - Loi n° 85-30 du 9 janvier 1985 relative au développement et à la protection de la montagne.

4 - Définition du zonage « Montagne » approuvée par le Comité Directeur Fédéral du 04/02/2012.

5 - Alpes du Nord (1000 m)/ Alpes du Sud (1000 m)/ Corse (1000 m)/ Jura (800 m)/ Massif central (950 m)/ Pyrénées (1200 m)/ Vosges (900 m).

6 - (Gestion Assistée des Procédures Administratives relatives aux Risques naturels et technologiques) de la Direction Générale de la Prévention des Risques (DGPR) - **http://macommune.prim.net/gaspar/index.php** 7 - Les arrêtés préfectoraux sont consultables sur le site: **http://www.prevention-incendie-foret.com/index.php**

8 - Cf Définition de l'Union Internationale pour la Conservation de la Nature (UICN) - **http://inpn.mnhn.fr/accueil/index**

9 - Pour une synthèse des catégories et types d'espaces naturels protégés cf **annexe 1**

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



I.5 – Recommandations particulières en fonction des conditions météorologiques

Afin de parer aux aléas météorologiques, le randonneur doit respecter trois recommandations essentielles :

1) Se renseigner sur la météo et tenir compte des éventuelles alertes.

2) Emporter l'équipement nécessaire.

3) Savoir adapter sa randonnée en fonction de l'évolution de la météo.

Les différentes alertes météo (vigilance orange ou rouge)

En cas de	Conséquences possibles	Conseils de comportement
Vent violent	• Des branches d'arbre risquent de se rompre. • Les massifs forestiers peuvent être fortement touchés.	• Ne vous promenez pas en forêt et sur le littoral.
Orages	• Violents orages susceptibles de provoquer localement des dégâts importants, notamment sur les installations provisoires (camping). • Quelques départs de feux peuvent être enregistrés en forêt suite à des impacts de foudre non accompagnés de précipitations.	• Ne vous abritez pas sous les arbres. • Évitez les promenades en forêts et les sorties en montagne. • Le bivouac est fortement déconseillé.
Pluie-inondation	• Des cumuls importants de précipitation sur de courtes durées, peuvent, localement, provoquer des crues inhabituelles de ruisseaux et fossés.	• Ne vous engagez en aucun cas, à pied ou en voiture, sur une voie immergée.
Vagues-submersions	• Fortes vagues déferlant sur le littoral. • Projections de galets et de macro-déchets. • Élévation temporaire du niveau de la mer, susceptible localement de provoquer des envahissements côtiers.	• Évitez de randonner sur le littoral. • Ne vous mettez pas à l'eau, ne vous baignez pas. • Soyez particulièrement vigilants, ne vous approchez pas du bord de l'eau même d'un point surélevé (plage, falaise).
Grand froid	• Le grand froid peut mettre en danger les personnes fragilisées ou isolées. • Chez les sportifs et les personnes qui travaillent à l'extérieur, attention à l'hypothermie et à l'aggravation de symptômes préexistants. • Les symptômes de l'hypothermie sont progressifs : chair de poule, frissons, engourdissement des extrémités sont des signaux d'alarme : en cas de persistance ils peuvent nécessiter une aide médicale.	• Évitez les expositions prolongées au froid et au vent, évitez les sorties le soir et la nuit. • Habillez-vous chaudement, de plusieurs couches de vêtements, avec une couche extérieure imperméable au vent et à l'eau, couvrez-vous la tête et les mains ; ne gardez pas de vêtements humides. • Évitez les efforts brusques. En tout cas, emmenez des boissons chaudes (thermos), des vêtements chauds, etc.
Canicule	• Chacun d'entre nous est menacé, même les sujets en bonne santé. Le danger est plus grand pour les personnes âgées, les personnes atteintes de maladie chronique ou de troubles de la santé mentale, les personnes qui prennent régulièrement des médicaments, et les personnes isolées. • Chez les sportifs et les personnes qui travaillent dehors, attention à la déshydratation et au coup de chaleur.	• Limitez vos activités physiques. • Ne randonnez pas aux heures les plus chaudes. • Si vous devez sortir portez un chapeau et des vêtements légers. • Buvez beaucoup d'eau plusieurs fois par jour. • En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



En cas de	Conséquences possibles	Conseils de comportement
Canicule	• Les symptômes d'un coup de chaleur sont : une fièvre supérieure à 40°C, une peau chaude, rouge et sèche, des maux de tête, des nausées, une somnolence, une soif intense, une confusion, des convulsions et une perte de connaissance.	• Limitez vos activités physiques. • Ne randonnez pas aux heures les plus chaudes. • Si vous devez sortir portez un chapeau et des vêtements légers. • Buvez beaucoup d'eau plusieurs fois par jour. • En cas de malaise ou de troubles du comportement, appelez un médecin.
Neige-verglas	• Les conditions de circulation peuvent devenir rapidement très difficiles sur l'ensemble du réseau. • Les itinéraires balisés au sol risquent de disparaitre.	• Prévoir des conditions de randonnée et d'orientation plus difficiles.

Ces bulletins d'alerte sont des outils d'information et d'aide à la décision, mais ils ne constituent en aucun cas une interdiction formelle de randonner.

Où trouver l'information :

Prévisions météo : **http://france.meteofrance.com/france/accueil**
Par téléphone (payant) : 08 99 71 02 XX (XX = numéro du département)

Alertes météo : **http://france.meteofrance.com/vigilance/**

Bulletin neige : **http://france.meteofrance.com/france/MONTAGNE**
Par téléphone (payant) : 08 92 68 10 20 (état du manteau neigeux et prévisions du risque d'avalanche)

Vigilance crues : **http://www.vigicrues.gouv.fr/**

I.6 Recommandations liées au niveau de pratique du randonneur

Il est vivement conseillé au randonneur de connaitre et d'apprécier ses capacités au regard du type de randonnée envisagé. La FFRandonnée vous aide à tester vos capacités (Pour plus de renseignements, voir **l'annexe 2** quiz «Quel randonneur êtes-vous ?»).

Enfin d'une manière générale, il est particulièrement recommandé de ne pas partir seul et de prévenir un proche du lieu, de l'itinéraire de sa randonnée, et de l'heure approximative de son retour.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.

II – ENCADRANTS

Définition

L'encadrement d'une randonnée est le fait des personnes en charge d'un groupe de randonneurs.
La ou les personnes peuvent être encadrant de fait ou encadrant de droit.

1) «Encadrant de fait» : est encadrant de fait, la ou les personnes qui sont à l'origine du projet de randonnée, qui prennent en main l'organisation et la gestion (conduite) du groupe, en résumé qui se comportent comme tel sans pour autant agir en vertu d'un mandat ou d'une délégation donnée par les dirigeants de la structure associative (ce qui est encore plus flagrant quand la sortie se déroule en dehors de tout cadre associatif). Ce dernier se constitue par affinité en dehors de toute organisation ou institution, et il n'y a parfois pas de leader désigné. Il n'y a pas d'organisation formalisée (groupe d'amis ou familial par exemple) mais l'un des membres se comportera nécessairement comme un encadrant.
2) «Encadrant de droit» : est encadrant de droit un animateur de randonnée au sein d'une association. Il est clairement identifié comme responsable du groupe et agit au nom et pour le compte de l'association, sur mandat donné par les dirigeants (le mandat peut constituer en un simple accord verbal entre le président et l'encadrant).

II.1 – Recommandations générales d'encadrement

II.1.1 Recommandations pour la préparation et la conduite d'une randonnée

En cas d'accident, la responsabilité de l'encadrant sera recherchée (au civil comme au pénal), qu'il soit de fait ou de droit. Afin de pouvoir faire face à cette recherche de responsabilité dans les meilleures conditions, la Fédération recommande aux animateurs, lors de la préparation et la conduite de randonnée, de suivre les préconisations suivantes :

1) S'informer et informer les participants :
- a. Sur l'itinéraire ;
- b. Sur le terrain ;
- c. Sur la météo ;
- d. Sur le niveau des participants.

2) Préparer la randonnée :
- a. Estimer la longueur, le temps de marche effectif, les pauses et la durée globale envisagée ;
- b. Estimer les endroits où un repli est possible (itinéraire alternatif, abris éventuel, accès des secours, etc.).

3) S'équiper :
- a. En matériel d'orientation (carte, boussole, altimètre, GPS) ;
- b. En matériel de sécurité (gilet fluo, lampe frontale, sifflet, etc.) ;
- c. En matériel de secours (trousse de secours, couverture de survie) ;
- d. En matériel de communication (téléphone portable, radio, etc.).

4) Se comporter :
- a. L'animateur est responsable, jusqu'à la fin de la randonnée de l'ensemble des personnes qu'il a prises en charge au départ et qui constituent le groupe ;
- b. L'animateur gère l'effort du groupe ;
- c. L'animateur assure la cohésion spatiale du groupe (éviter l'isolement d'un ou de plusieurs participants) ;
- d. L'animateur sait en permanence se situer ;
- e. L'animateur fait respecter le milieu traversé[10] et respecte les lois et règlements en vigueur dans les milieux traversés (règlement d'un parc national, code de la route, etc.).

5) S'adapter :
- a. L'animateur doit s'adapter à l'évolution des conditions météorologiques, du terrain et du groupe ;
- b. Il doit savoir renoncer face à des conditions défavorables.

Les compétences nécessaires pour conduire un groupe de randonneurs dans les meilleures conditions de sécurité peuvent s'acquérir au cours de formations spécifiques (Cf annexe sur le référentiel de compétences de l'animateur de randonnée pédestre).

10 - Pour plus d'information, se référer à l'annexe 3 : Charte du randonneur.

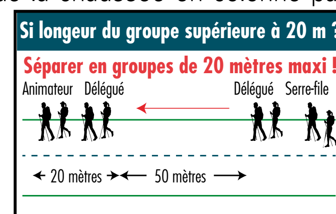
© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



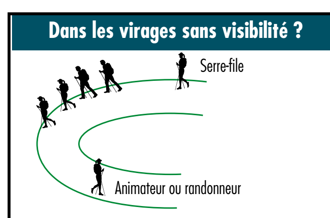
II.1.2 - Recommandations pour la randonnée sur route

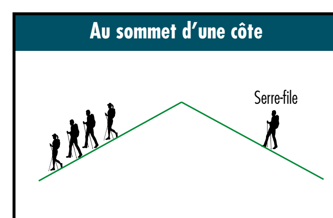
Lorsque des groupes de randonneurs sont amenés à emprunter des routes, ils sont tenus de respecter le code de la route (voir articles R412-34 à R412-43 du code la route).

- **En agglomération** et hors agglomération, s'ils existent, il faut emprunter les trottoirs et les accotements praticables, quel que soit le côté où ils se trouvent, à droite ou à gauche (article R412-34 du code de la route)
- **Hors agglomération,** en l'absence de trottoir et d'accotement praticable, le groupe de randonneurs qui constitue un groupement organisé doit se déplacer sur le bord gauche de la chaussée, exclusivement en colonne par un, sauf si cela est de nature à compromettre sa sécurité.
  Selon la configuration de la route, le groupe peut se déplacer sur le bord droit de la chaussée en colonne par deux, en veillant à laisser libre la partie gauche de la chaussée pour permettre le déplacement des véhicules.
  Si le groupe est important, il est recommandé de le scinder en groupes de 20m maximum, distants de 50 mètres les uns des autres (articles R412-36 et R412-42 II du code de la route)
  C'est la sécurité du groupe qui guide le choix qui revient à l'animateur encadrant le groupe. Quel que soit ce choix, les randonneurs doivent tous cheminer du même côté.

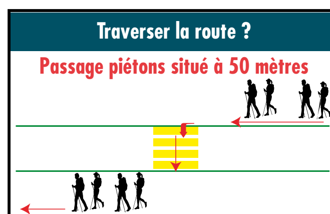


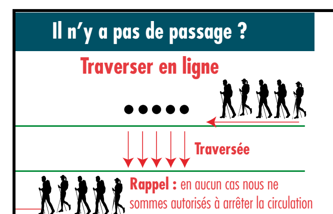
- En sommet d'une côte ou dans un virage et en fonction de la visibilité, de la distance et de la vitesse des véhicules, il faut désigner un éclaireur pour sécuriser et ouvrir la marche et poster un serre file en retrait pour sécuriser et fermer celle-ci.





- Ne traverser qu'après s'être assuré qu'on peut le faire sans risque en fonction de la visibilité, de la distance et de la vitesse des véhicules.
  Il est obligatoire d'emprunter les passages prévus pour les piétons, s'ils sont situés à moins de 50 mètres (article R412- 37 du code de la route).
  Aux intersections à proximité desquelles il n'existe pas de passage prévu pour les piétons, ou hors des intersections, la traversée de routes nécessite un regroupement préalable de tous les randonneurs qui doivent traverser la chaussée, perpendiculairement à son axe et ne pas traverser en diagonale (article R412-39 du code de la route).





L'encadrement des randonnées

Pour chaque groupe seront désignés un animateur qui prendra la tête tout au long de la randonnée et un serre-file pour sécuriser l'arrière du groupe.

Le rôle de l'animateur et du serre-file

- sécuriser la randonnée,
- indiquer, hors agglomération, le côté de la chaussée qui doit être emprunté (gauche ou droite), l'important étant que l'ensemble du groupe chemine du même côté de la chaussée.
- signaler aux véhicules en approche la présence d'un groupe,
- avertir le groupe de l'arrivée de ces véhicules,
- veiller à ce que ceux-ci puissent remonter ou croiser le groupe en sécurité, en vérifiant l'approche de véhicules en sens contraire,
- faire emprunter les passages prévus pour les piétons s'ils sont situés à moins de 50m (article R412-37 du code de la route).
- sécuriser les traversées de routes en l'absence de passage, de la manière suivante :
  - attendre le regroupement des randonneurs,
  - faire traverser la chaussée à l'ensemble du groupe, perpendiculairement à son axe (article R412-39 du code de la route),
  - l'animateur et le serre-file se placeront respectivement en amont et en aval pour sécuriser la traversée.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



De nuit comme de jour, lorsque la visibilité est insuffisante, les piétons, colonnes ou éléments de colonne doivent être signalés (feu blanc ou jaune à l'avant, rouge à l'arrière).

Dans tous les cas, il faut faire preuve de bon sens, et se placer là où le risque est le moins important en fonction de la configuration des lieux.

Quand un itinéraire croise une route, les randonneurs doivent obligatoirement utiliser un passage prévu à leur intention s'il en existe un dans un rayon inférieur ou égal à 50 m (R412-37 du code de la route). L'animateur (ou ses assistants) n'est pas habilité à arrêter la circulation.

II.1.3 - Règles d'encadrement au sein des associations de la FFRandonnée



Quand l'activité randonnée est organisée au sein d'une association affiliée à la Fédération Française de la Randonnée, l'animateur se doit, au delà des recommandations générales, d'informer ses dirigeants (Président, Comité Directeur ou ses dirigeants référents) des caractéristiques du projet. La randonnée doit être inscrite au programme de l'association.

L'encadrant peut fixer un nombre maximum de personnes pour la randonnée, à partir des difficultés, de la durée de l'itinéraire et du public encadré. L'encadrement des mineurs dans le cadre de sorties associatives n'est pas soumis à une règlementation particulière.

À noter que l'association est responsable des initiatives et compétences de l'animateur. Son ou sa président(e) doit favoriser et veiller à la formation de l'animateur afin de garantir aux membres de l'association sécurité et qualité dans l'organisation et la pratique de l'activité.

Les animateurs formés sont reconnus comme compétents pour encadrer des randonnées pédestres dans les limites des prérogatives conférées par leur qualification :

- L'encadrant titulaire de la qualification «animateur 1er niveau» organise et encadre des randonnées pédestres à la journée, sans progression de nuit, ni itinérance, et exclusivement sur des itinéraires balisés et/ou répertoriés, reconnus par avance et ne nécessitant pas l'utilisation de techniques de progression liées à l'alpinisme.
- L'encadrant titulaire de la qualification «animateur 2e niveau» organise et encadre des randonnées pédestres pouvant se dérouler sur plusieurs jours consécutifs, sur des itinéraires balisés ou non, répertoriés ou non, sans choix délibéré d'itinéraires nécessitant des techniques de progression liées à l'alpinisme. En milieu montagne alpine, l'animateur 2e niveau, doit se limiter à des itinéraires balisés et/ou signalisés.
- L'encadrant titulaire de la qualification «animateur montagne» organise et encadre des randonnées pédestres en montagne alpine, pouvant se dérouler sur plusieurs jours consécutifs, sur des itinéraires balisés ou non, répertoriés ou non, sans choix délibéré d'itinéraires nécessitant des techniques de progression liées à l'alpinisme.

II.2 – Règles particulières d'encadrement en fonction du public encadré



Le public est l'ensemble des pratiquants participant à l'animation encadrée ; les règles techniques d'encadrement et de sécurité varient selon l'âge, les capacités physiques, le degré d'autonomie des pratiquants.

II.2.1 – Règles d'encadrement propres à un groupe de mineurs type Accueil Collectif de Mineurs (ACM)

Règles générales :
Les Accueil Collectifs de Mineurs (ACM) sont destinés à accueillir, pendant les vacances et hors temps scolaire, les enfants et les jeunes âgés de moins de 18 ans pour leur permettre de pratiquer des activités de loisirs éducatifs et de détente. Ce sont par exemple les centres aérés, les colonies de vacances ou encore certains accueils périscolaires.

Ces ACM font l'objet d'une réglementation particulière, notamment en matière d'organisation des activités physiques ou sportives. En ce qui concerne la randonnée pédestre, les règles diffèrent en fonction du type d'activité.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



En moyenne montagne et pour des sorties sans caractère technique d'une durée de 4 heures maximum sur itinéraires balisés et reconnus[11], l'encadrement peut être assuré par une personne :

- Titulaire d'une qualification ou d'un statut permettant d'encadrer la randonnée pédestre en moyenne montagne contre rémunération[12] ;
- Ou majeure, déclarée comme faisant partie de l'équipe pédagogique permanente de l'accueil, titulaire d'une qualification reconnue par le ministre chargé de la jeunesse pour assurer les fonctions d'animation.

La fiche n°13 de l'arrêté du 25 avril 2012 portant application de l'article R. 227-13 du Code de l'Action Sociale et des Familles précise ces dispositions[13].

Lorsque la sortie se déroule sur et hors sentiers, possiblement sur plusieurs jours, l'encadrement peut être assuré par une personne :

- Titulaire d'une qualification ou d'un statut permettant d'encadrer la randonnée pédestre en montagne contre rémunération[14] ;
- Ou majeure, déclarée comme faisant partie de l'équipe pédagogique de l'accueil et titulaire d'un brevet dédié à l'encadrement de la randonnée en montagne, délivré par la FFRandonnée, la FFME ou la FFCAM.

La fiche n°13 de l'arrêté du 25 avril 2012 portant application de l'article R. 227-13 du Code de l'Action Sociale et des Familles précise ces dispositions[15].

Dans ces 2 cas, l'encadrant doit informer le directeur de l'accueil du projet d'activité en précisant notamment l'heure de départ et l'horaire prévisionnel de retour. Il doit en outre disposer d'un équipement de secours, du matériel collectif adapté ainsi que d'un moyen de communication permettant de joindre rapidement les secours.

Hors zone de montagne, l'activité peut être encadrée par tout membre permanent de l'équipe pédagogique, sans qualification sportive particulière. L'organisateur et le directeur de l'accueil fixent néanmoins les conditions et les moyens mobilisés pour garantir la sécurité des mineurs. Ils organisent l'activité en faisant preuve de pragmatisme et de bon sens, dans le respect des réglementations et normes applicables.

Règles particulières aux séjours sportifs avec hébergement

Définition :
l'article L 227-1 du code de l'action sociale et des familles (CASF) définit 4 types différents d'accueils de mineurs avec hébergement :

- les séjours de vacances
- les séjours courts
- les séjours de vacances dans une famille
- les séjours spécifiques :



Les séjours spécifiques sont notamment des séjours sportifs avec hébergement d'au moins 7 mineurs licenciés, âgés de six ans ou plus, organisés par les fédérations sportives agréées, leurs comités régionaux ou départementaux, et les clubs affiliés.

La déclaration du séjour :
Les séjours sportifs, d'au moins 7 mineurs « licenciés », organisés par la FF Randonnée, un de ses comités régionaux et départementaux, ou un de ses clubs affiliés, doivent être déclarés dans la catégorie des « séjours spécifiques », conformément à l'article premier de l'arrêté du 1er août 2006 relatif aux séjours spécifiques mentionnés à l'article R.227-1 du code de l'action sociale et des familles.

L'instruction n° 06-192JS du 22 novembre 2006 exclut, expressément, du champ de la déclaration les hébergements qui se déroulent dans le cadre de déplacements liés aux compétitions sportives organisées par les fédérations sportives agréées, leurs organes déconcentrés et les clubs qui leurs sont affiliés.

11 - http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000025837392&dateTexte=&categorieLien=id.
12 - Voir II.2.5 – Règles d'encadrement dans le cas d'une prestation rémunérée.
13 - http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000025837392&dateTexte=&categorieLien=id
14 - Voir II.2.5 – Règles d'encadrement dans le cas d'une prestation rémunérée.
15 - http://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000025837392&dateTexte=&categorieLien=id

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.





Cependant, l'obligation générale de sécurité incombe toujours à l'organisateur (locaux prévus pour l'hébergement des mineurs, encadrement…)

La direction du séjour :
Le directeur de séjour est une personne majeure désignée par l'organisateur. Il n'a pas d'obligation particulière en matière de diplômes spécifiques à l'encadrement de mineurs

L'équipe d'encadrement du séjour :
Concernant l'encadrement à titre bénévole, il appartient aux fédérations de déterminer les compétences et qualifications requises pour permettre d'assurer la sécurité des mineurs au cours de ces séjours.

La FF Randonnée recommande que l'un des animateurs au moins soit titulaire du brevet fédéral.



Taux d'encadrement :
Le code de l'action sociale et des familles (article R 227-19 I.1°) fixe un taux d'encadrement minimal de deux personnes. Néanmoins il convient, d'adapter le taux d'encadrement au nombre et à l'âge des mineurs accueillis, afin d'assurer la sécurité de ces derniers.

La FF Randonnée préconise un ratio minima de deux encadrants par groupe de 12 mineurs (le seuil minimal restant à deux personnes). Les personnes prenant part ponctuellement à l'encadrement des mineurs ne sont pas comprises dans l'effectif minima.



Locaux utilisés pour l'hébergement :
L'organisateur d'un séjour spécifique a obligation d'avoir recours, pour l'hébergement, à des locaux déclarés comme accueillant des mineurs, auprès de la direction régionale ou départementale de la jeunesse et des sports.

Prévention de la santé des jeunes :
L'organisateur d'un séjour spécifique doit mettre à disposition de son équipe d'encadrement des moyens de communication permettant d'alerter rapidement les secours en cas d'accident, ainsi qu'une liste des personnes ou organismes susceptibles d'être contactés. Un registre doit mentionner l'ensemble des soins donnés aux mineurs. Les personnes en charge de l'encadrement des mineurs sont tenues d'informer sans délais le préfet du département du lieu d'accueil de tout accident grave ainsi que de toute situation présentant ou ayant présenté des risques graves pour la santé et la sécurité physique ou morale des mineurs. L'organisateur est, par ailleurs, tenu d'informer les responsables légaux des mineurs accueillis sur l'importance de souscrire à un contrat d'assurance couvrant les dommages corporels auxquels les mineurs peuvent s'exposer au cours des différentes pratiques proposées.

Le projet éducatif :
L'organisateur d'un séjour spécifique doit produire un projet éducatif qui devra être joint à la déclaration du séjour (article L.227-4 du code de l'action sociale et des familles). Il a pour objet de définir le sens de l'action et le but des séjours organisés, il fixe les orientations et les moyens à mobiliser pour la bonne mise en œuvre de ces séjours. Il doit être communiqué aux responsables légaux des mineurs avant l'accueil de ces derniers.

Ce projet permet, en outre :
- aux familles de mieux connaître les objectifs de l'organisateur à qui elles confient leurs enfants et de confronter ces objectifs à leurs attentes.
- aux équipes pédagogiques de connaître les priorités de l'organisateur et les moyens que celui-ci met à leur disposition pour atteindre les objectifs fixés.

Le projet éducatif doit être élaboré par l'organisateur. Il est commun à l'ensemble des accueils organisés par une même personne physique ou morale. Le projet éducatif peut donc être établi par les instances dirigeantes d'une fédération sportive, afin d'être repris par l'ensemble des organisateurs qui lui sont rattachés

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



(comités régionaux et départementaux, clubs). Le projet éducatif a ainsi pour rôle de mettre en avant les objectifs du stage. La liste suivante peut servir d'exemples de thèmes à aborder à travers le projet éducatif :

- permettre au mineur de vivre un temps de loisirs ou de vacances,
- favoriser le développement de l'autonomie du mineur, dans le respect des besoins et des caractéristiques de chaque âge (capacité d'initiative, de créativité, prise de responsabilité…), - amener le mineur à découvrir ou pratiquer une activité physique ou sportive,
- favoriser l'acquisition de savoirs techniques,
- favoriser la tolérance, l'expression de la solidarité et de la reconnaissance de la diversité,
- développer l'intégration des enfants atteints de troubles de la santé ou de handicaps dans des séjours composés de mineurs valides,
- favoriser et permettre l'apprentissage et l'expérimentation de la démocratie et de la citoyenneté,
- favoriser l'ouverture des activités en incitant à la mixité et aux passerelles entre tranches d'âge…

Le projet « pédagogique » :
La personne qui assure la direction du séjour doit prévoir l'application du projet éducatif à travers la mise en œuvre d'un document communément appelé « projet pédagogique ».

Ce document, prévu par l'art R-227-25 du CASF, a pour objectif de donner un sens aux activités proposées et de les inscrire dans la vie quotidienne du mineur au cours du séjour. Il aide à construire la démarche pédagogique de l'accueil. L'objet de ce document est de développer et préciser le projet éducatif en prenant en compte les caractéristiques du séjour envisagé (public cible, ressources humaines disponibles, lieu d'accueil, modalités de fonctionnement…). Ce document doit servir de support pour le travail de l'équipe d'encadrement. Il est aussi communiqué aux représentants légaux des mineurs, afin de les informer sur les conditions d'accueil et d'encadrement des mineurs placés, pendant la durée du séjour, sous la responsabilité de l'organisateur. Ce document doit contenir plusieurs informations importantes (art R.227-25), notamment :

- la nature des activités proposées en fonction des modalités d'accueil, et les conditions dans lesquelles les activités physiques et sportives sont mises en œuvre, - la répartition des temps respectifs d'activités et de repos, - les modalités de participation des mineurs aux différentes activités, - le cas échéant, les mesures envisagées pour les mineurs atteints de troubles de la santé ou de handicaps,
- les modalités de fonctionnement de l'équipe constituée du directeur, des animateurs et des personnes participant à l'accueil des mineurs, - les caractéristiques des locaux et des espaces utilisés.



II.2.2 – Règles d'encadrement propres à la randonnée en milieu scolaire

L'organisation des sorties scolaires dans les écoles élémentaires et maternelles publiques fait l'objet de règles fixées par le Ministère chargé de l'éducation (circulaire n°99-136 du 21 septembre 1999).[16].
Lors de sorties occasionnelles, l'encadrement est assuré par un enseignant plus un ou deux intervenants qualifiés ou bénévoles, agréés (ou un ou deux autres enseignants) en fonction du niveau de la classe et du nombre d'élèves[17].

Sans être obligatoire, la possession d'un moyen de communication en état de fonctionnement est recommandée. De la même manière, il est conseillé d'avoir souscrit une assurance responsabilité civile et une assurance individuelle accidents corporels, sachant que celle-ci peut être collective (prise au titre de l'association).

L'encadrement de la randonnée dans le second degré ne fait pas l'objet de dispositions réglementaires particulières. Il convient toutefois de préciser que l'action d'un intervenant extérieur peut permettre de respecter un cahier des charges défini au niveau des rectorats (prévoyant par exemple de devoir être titulaire d'une qualification) et formalisée à travers une convention.

16 - http://www.education.gouv.fr/bo/1999/hs7/sorties.htm

17 - Pour plus de renseignements voir tableau 2 de la circulaire n° 99-136 du 21 septembre 1999.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



II.2.3 – Recommandations et règles d'encadrement propres à un public en situation de handicap moteur

Le ou les encadrants devront respecter les règlements et/ou recommandations édictés par la Fédération délégataire (Fédération Française Handisport)[18].

La FFH recommande que l'animateur responsable du groupe :
- Soit, a minima, titulaire d'une formation fédérale FFH, à l'attention des bénévoles du mouvement handisport (assistant fédéral randonnée, initiateur fédéral randonnée) ;
- Soit d'une formation fédérale FFH, à l'attention des cadres techniques des fédérations homologues valides - FFME, FFRandonnée, FFCAM - (Certificat de qualification Handisport randonnée) ;
- Soit d'une formation fédérale FFH, à l'attention des diplômes d'État des activités de randonnées (Certificat de qualification handisport randonnée).

II.2.4 – Recommandations et règles d'encadrement propres à un public en situation de handicap mental

Le ou les encadrants devront respecter les règlements et/ou recommandations édictés par la Fédération délégataire (Fédération Française du Sport Adapté)[19].

La FFSA indique qu'il n'y a pas de réglementation spécifique pour les personnes en situation de handicap pour la randonnée pédestre mais recommande toutefois que les conditions d'organisation et de pratique s'appuient à titre d'exemple sur les modalités fixées pour les séjours de vacances[20] prévoyant le choix d'un itinéraire adapté, modulable selon le comportement des marcheurs en tenant compte de nombreux paramètres : réglementation, connaissance du milieu, météo, activités humaines… Ces modalités prévoient de reconnaître préalablement l'itinéraire avant d'entreprendre la sortie, d'informer des tiers de la sortie, de demander les autorisations éventuelles, de gérer les effectifs en fonction de la difficulté de l'itinéraire et du niveau des pratiquants, de prévoir un équipement adapté collectif et individuel et de respecter les consignes classiques de sécurité (n° des secours/ bulletin météo). A ces éléments, s'ajoutent la possession d'un certificat médical de non-contre-indication et d'une assurance pour les participants.

Les titulaires du Brevet d'État d'Éducateur Sportif option «encadrement des activités physiques et sportives des personnes handicapées mentales» (délivré jusqu'au 31/12/93) ou option «activités physiques et sportives adaptées» ont les prérogatives professionnelles suivantes : enseignement de toute activité physique et sportive auprès des personnes déficientes intellectuelles ou des personnes atteintes de troubles psychiques.
Cette qualification valide l'acquisition des compétences suivantes : concevoir, réaliser et évaluer un projet en activités physiques et sportives au service des besoins des personnes déficientes mentales ou atteintes de troubles psychiques[21].
Le titulaire du BEES doit apprécier les risques et les difficultés de l'activité, randonnée pédestre en l'occurrence, et choisir un circuit adapté aux capacités et caractéristiques du public visé, et éventuellement, en fonction du niveau de difficulté relevé, s'adjoindre les services d'un professionnel spécialiste de l'activité (exemple : Guide de haute montagne, Accompagnateur en moyenne montagne, etc.).



II.2.5 – Règles d'encadrement dans le cas d'une prestation contre rémunération

Conformément à l'article L 212-1 du code du sport, l'enseignement, l'animation ou l'encadrement contre rémunération d'une activité physique ou sportive nécessite la possession d'un diplôme, titre à finalité professionnelle ou certificat de qualification, garantissant la compétence de son titulaire en matière de sécurité des pratiquants et des tiers dans l'activité considérée, et enregistré au répertoire national des certifications professionnelles (RNCP).

18 - http://ww.handisport-nature.org

19 - http://www.ffsa.asso.fr/attach-3071-r.pdf

20 - Arrêté du 8 décembre 1995 modifié par l'arrêté du 19 février 1997.

21 - Arrêté du 4 mai 1995 modifié fixant la liste des diplômes ouvrant droit à l'enseignement, l'encadrement et l'animation des activités physiques et sportives.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



Toutefois, l'activité randonnée pédestre est considérée par le Ministère chargé des sports, comme une activité physique et sportive uniquement en moyenne montagne et montagne, où, pour encadrer contre rémunération, il faut détenir un des 4 diplômes suivants délivrés par l'État : accompagnateur en moyenne montagne, aspirant guide ou guide de haute-montagne du Brevet d'État d'alpinisme, ou le Brevet d'aptitude professionnelle d'assistant animateur technicien de la jeunesse et des sports (BAPAAT) avec le support technique randonnée pédestre.
Chacun de ces diplômes ouvre à des prérogatives bien particulières.

Même si au regard de la réglementation sportive, une qualification professionnelle n'est pas obligatoire pour animer des randonnées contre rémunération hors des zones de montagne, plusieurs diplômes ou certificats de qualification professionnels garantissent la compétence de son titulaire en matière de sécurité des pratiquants et des tiers en randonnée pédestre. Il s'agit entre autres, du Brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (BP JEPS - Spécialité Activités de randonnées) option activités de la randonnée, et du certificat de qualification professionnelle, activité de loisir sportif, option activité de randonnée de proximité et d'orientation (CQP ALS option ARPO). Les qualifications fédérales qui attestent également de compétences en matière de randonnée, ne sont pas des diplômes professionnels.



Les principales qualifications pour encadrer des randonnées contre rémunération :

Intitulé du diplôme	Conditions d'exercice
Diplôme d'AMM	• Conduite et encadrement de personnes en espace rural montagnard ainsi que sur des terrains enneigés faciles, vallonnés, de type nordique excluant tout accident de terrain et situés en moyenne montagne. • Animation de groupes et enseignement des connaissances et savoir-faire propres à l'activité et au milieu.
BAPAAT **avec support technique randonnée pédestre**	• L'assistant animateur technicien conduit son activité sur des chemins et sentiers balisés et répertoriés sur carte IGN, ne comportant pas de dénivelées supérieures à 600 mètres, réputés praticables pour la randonnée pédestre, reconnus au préalable par lui-même et situés sur des zones non enneigées. Il n'est pas autorisé à évoluer dans des zones glaciaires ou rocheuses ni sur des terrains nécessitant pour la progression et la sécurité l'utilisation du matériel ou des techniques de l'alpinisme. • Les randonnées qu'il encadre ne peuvent comporter ni progression de nuit, ni coucher en refuge ou gîte de montagne. Il peut également intervenir comme assistant d'un accompagnateur de moyenne montagne.
BPJEPS **option activités de la randonnée**	• Organisation et encadrement de randonnées pédestres hors milieu montagnard.
CQP ALS option ARPO	• Organisation et encadrement de randonnées pédestres hors milieu montagnard.

L'intégralité des diplômes sportifs et leurs conditions d'exercice se trouve dans l'annexe II-1 (art A212-1) du code du sport consultable sur **www.legifrance.gouv.fr.**

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



II.3 – Recommandations et règles particulières d'encadrement en fonction de la forme de randonnée pratiquée

L'activité «Randonnée pédestre» se décline selon les saisons, selon des environnements (ou milieux) différents et selon diverses formes de pratique. Il est nécessaire d'adapter l'encadrement à ces différentes variables.

II.3.1 – Recommandations d'encadrement spécifiques à la randonnée en milieu enneigé

La Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade est la fédération délégataire de l'activité «Raquette à neige». Toutes références à cette pratique peuvent être consultées en allant sur le site : **http://www.ffme.fr.**
Toutefois, la FFRandonnée a souhaité émettre des recommandations quant à la pratique de la randonnée en milieu enneigé. Ces recommandations s'appliquent aux animateurs, aux clubs, aux comités FFRandonnée, qui organisent des sorties devant se dérouler en milieu enneigé. Ils doivent veiller à les faire respecter par le ou les animateurs qu'ils ont choisis pour encadrer ces randonnées. Le présent règlement distingue quatre types de pratique auxquels s'appliquent quatre niveaux de recommandations différents :

- La marche de proximité sur circuits enneigés spécifiquement balisés ou/et aménagés et/ou sécurisés ;
- La randonnée nordique sur terrains nordiques ;
- La randonnée nordique en terrain alpin ;
- La randonnée alpine enneigée.

Les recommandations en termes d'organisation et en termes de qualification des animateurs définies dans le présent règlement fédéral sont ainsi nuancées selon le type de pratique concerné.

La marche de proximité sur circuits enneigés spécifiquement balisés et/ou aménagés et/ou sécurisés

- Définition :
- L'activité est pratiquée sur un circuit répertorié et/ou balisé, sur des parcours permettant en quasi permanence un accès facile à un point de secours ou d'alerte ;
- La durée de la sortie est limitée à la journée ;
- Le balisage est constitué d'une signalétique spécifique adaptée à la pratique enneigée (hors sol, vérifié régulièrement en cours de saison) ;
- Les sorties s'effectuent dans les conditions habituelles (inscription au programme de l'association, la responsabilité du choix de l'animateur incombant au président du club ou à son représentant).

- Recommandations relatives à la qualification de l'animateur : l'animateur du groupe, ou s'il y en a plusieurs, celui qui a été désigné comme principal par l'organisateur, doit être qualifié Animateur 1er Niveau (SA1) et détenir une attestation de participation à un stage Spécialité Milieu Nordique Enneigé (SMNE).

La randonnée nordique sur terrains nordiques

- Définition :
- L'activité est pratiquée sur des itinéraires balisés ou non, sur des communes de type nordique au relief modéré reconnues et cartographiées par la Fédération (cf. «zonage montagne» dans l'espace base documentaire fédéral accessible à tous les adhérents) comme terrains enneigés excluant des déclenchements naturels d'avalanches de grande ampleur ;
- La durée de la sortie n'est pas limitée (de un à plusieurs jours) ;
- Les sorties s'effectuent dans les conditions habituelles (inscription au programme de l'association, la responsabilité du choix de l'animateur incombant au président du club ou à son représentant) ;
- Le nombre de participants est apprécié par l'animateur selon les paramètres suivants :
  ¤ Type et niveau de pratique ;
  ¤ Durée du parcours ;
  ¤ Age et / ou maturité des participants ;
  ¤ Niveau de discipline et d'autonomie des pratiquants ;
  ¤ Épaisseur et portance du manteau neigeux ;
  ¤ Météorologie et évolutions prévues.

- Recommandations relatives à la qualification de l'animateur : l'animateur du groupe, ou s'il y en a plusieurs,

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



celui qui a été désigné comme principal par l'organisateur, doit être diplômé Animateur 2e niveau (Brevet Fédéral) et détenir une attestation de participation à un stage Spécialité Milieu Nordique Enneigé (SMNE).

La randonnée nordique en terrain alpin

- Définition :

• L'activité est pratiquée sur des itinéraires balisés ou non, sur des communes dont le caractère alpin est reconnu et cartographié par la Fédération (cf. «zonage montagne» dans l'espace base documentaire fédéral accessible à tous les adhérents), en empruntant **un cheminement nordique évitant les accidents de terrain importants, en évitant de couper des pentes à forte déclivité** ;

• La durée de la sortie n'est pas limitée (de un à plusieurs jours consécutifs ou non) ;

• Les sorties s'effectuent dans les conditions habituelles (inscription au programme de l'association, la responsabilité du choix de l'animateur incombant au président du club ou à son représentant) ;

• Le nombre de participants est apprécié par l'animateur selon les paramètres suivants :
¤ Type et niveau de pratique ;
¤ Durée du parcours ;
¤ Age et / ou maturité des participants ;
¤ Niveau de discipline et d'autonomie des pratiquants ;
¤ Épaisseur et portance du manteau neigeux ;
¤ Météorologie et évolutions prévues (bulletin neige et avalanche).

- Recommandations relatives à la qualification de l'animateur : l'animateur du groupe, ou s'il y en a plusieurs, celui qui a été désigné comme principal par l'organisateur, doit être diplômé Animateur Milieu Alpin Enneigé 1er Niveau (BF + réussite à l'évaluation du stage Animateur Milieu Alpin Enneigé 1er Niveau SMAE1).

La randonnée alpine enneigée

- Définition :

• L'activité est pratiquée en milieu montagnard enneigé sur des communes dont le caractère alpin est reconnu et cartographié par la Fédération (cf. «zonage montagne» dans l'espace base documentaire fédéral accessible à tous les adhérents), hors zone de glacier, sans limitation d'altitude, sur des itinéraires adaptés à la progression à pied ou à raquettes, à l'exclusion des terrains nécessitant l'utilisation des techniques ou matériels d'alpinisme, dans des randonnées pouvant être itinérantes ;

• Cette pratique étant soumise aux risques du milieu alpin enneigé, notamment celui du déclenchement accidentel d'avalanches, l'animateur et les participants doivent être en mesure de se porter assistance rapidement de manière autonome en cas d'accident ;

• Les sorties s'effectuent dans les conditions habituelles (inscription au programme de l'association, la responsabilité du choix de l'animateur incombant au président du club ou à son représentant) ;

• Le nombre de participants sera apprécié par l'animateur selon les paramètres suivants :
¤ Type et niveau de pratique ;
¤ Durée du parcours ;
¤ Age et / ou maturité des participants ;
¤ Niveau de discipline et d'autonomie des pratiquants ;
¤ Météorologie et évolutions prévues (bulletin neige et avalanche).

- Recommandations relatives à l'équipement : chaque membre du groupe ainsi que l'animateur doit être équipé d'un détecteur de victime d'avalanche, d'une sonde, d'une pelle à neige, nécessaires à la mise en place rapide d'un secours autonome en cas d'avalanche. Il est rappelé que ces équipements de protection individuels doivent être régulièrement vérifiés, et qu'un entraînement régulier à leur utilisation est un gage de sécurité.

- Recommandations relatives à la qualification de l'animateur : l'animateur du groupe, ou s'il y en a plusieurs, celui qui a été désigné comme principal par l'organisateur, doit être diplômé Animateur Milieu Alpin Enneigé 2e Niveau (BF + réussite à l'évaluation du stage Animateur Milieu Alpin Enneigé 2e niveau SMAE2).

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



Pour la pratique de la randonnée en milieu enneigé, le pratiquant, l'animateur, l'association doivent se référer au bulletin météorologique, au Bulletin d'Estimation des Risques d'Avalanches et à l'Échelle Européenne des Risques d'Avalanches (Pour plus de renseignements, voir en Annexe 5 : **Échelle européenne de risque d'avalanche, à l'intention du public pratiquant la montagne hors des pistes balisées et ouvertes).**

Où trouver l'information :

Bulletin neige : **http://france.meteofrance.com/france/MONTAGNE**
Par téléphone (payant) : 08 92 68 10 20 (état du manteau neigeux et prévisions du risque d'avalanche)

II.3.2 – Recommandations d'encadrement spécifiques à la marche nordique

La Fédération Française d'Athlétisme, délégataire de la discipline, fixe les règles techniques et de sécurité pour l'activité marche nordique. La FFRandonnée a toutefois souhaité émettre des recommandations qui s'appliquent au sein des clubs et comités affiliés.

Lieu de pratique :
La marche nordique se déroule sur des parcours connus ou reconnus.

Encadrement :
L'encadrant est titulaire de la qualification «animateur marche nordique» de la FFRandonnée ou équivalent. L'effectif maximum de pratiquants est fixé par l'encadrant en fonction de leur niveau et des conditions de pratique.

Matériel et équipement :
Les pratiquants disposent de matériel adapté et en bon état : chaussures crantées, utilisation de bâtons de marche nordique en composite, etc. Sur terrain dur (et en particulier sur le bitume), les embouts en caoutchouc (pads) sont utilisés.

II.3.3 – Règles d'encadrement spécifiques au Longe Côte [22] - Marche Aquatique Côtière

En tant que fédération délégataire, la FFRandonnée édicte des règles d'encadrement et sécurité pour l'activité Longe Côte - Marche Aquatique Côtière.
Cette pratique s'effectue dans le cadre de séances encadrées.
La fédération déconseille fortement la pratique individuelle.



Définition :
Le Longe Côte - Marche Aquatique Côtière (LC-MAC) est une activité physique ou sportive qui consiste à marcher en milieu aquatique au bon niveau d'immersion, c'est-à-dire avec une hauteur d'eau optimale située entre le nombril et les aisselles (immersion minimum au-dessus de la taille) avec et sans pagaie.

Elle se pratique sur un itinéraire adapté, connu et reconnu par un animateur marche aquatique côtière diplômé, dans différentes conditions de mer et de météo.

Règles relatives à un itinéraire de Marche Aquatique Côtière
L'itinéraire doit être situé :
- dans une zone d'eau maritime,
- principalement dans «la bande des 300 mètres», c'est-à-dire dans un périmètre où s'exerce la compétence des communes et de l'État en matière de sauvetage en mer (loi littoral du 3 janvier 1986) ;
- sur des plages de sable à faible devers ne présentant ni obstacle majeur, ni risque particulier.

Il doit être accessible à pied.

La pratique en eau douce (rivières, torrents, ruisseaux, etc.) est par conséquent exclue, pour des raisons de protection d'environnement.

22 - Le Longe Côte et la Marche Aquatique Côtière sont deux noms pour qualifier une même discipline sportive.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



Règles relatives à l'encadrement d'un groupe



Il existe deux types d'encadrants :

- L'animateur Marche Aquatique Côtière doit :
  - ¤ Être titulaire du diplôme d'animateur Marche Aquatique Côtière (ou titres admis en équivalence[23]) ;
  - ¤ Être capable d'organiser, conduire, animer et encadrer des groupes de marcheurs aquatiques dans les meilleures conditions de sécurité, sans choix délibéré d'itinéraire nécessitant l'utilisation de techniques de progression liées à la natation ;
  - ¤ Avoir une bonne connaissance du lieu de pratique et en assurer sa reconnaissance au préalable de sa première utilisation ;
  - ¤ Être capable de reconnaitre, tester un itinéraire de marche aquatique côtière ;
  - ¤ Nommer un assistant.
- L'assistant Marche Aquatique Côtière aide l'animateur. Il ne peut encadrer seul. Il a pour mission de signaler à l'animateur toute situation gênant la progression d'un participant ou du groupe (exemple : bateau à proximité, malaise, perte d'appui, etc.).

Un groupe doit obligatoirement être encadré par un animateur Marche Aquatique Côtière diplômé et un assistant.
Un animateur Marche Aquatique Côtière et un assistant sont obligatoires pour encadrer un groupe de 20 pratiquants maximum.
1 animateur Marche Aquatique Côtière et 1 assistant supplémentaires seront obligatoires par tranche de vingt participants supplémentaires.

Le nombre d'encadrement doit systématiquement être adapté à l'état de mer et de la météo, et aux capacités physiques et de progression des pratiquants.

Règles relatives au matériel de sécurité

L'animateur dispose à chaque sortie :

- D'un moyen de communication permettant d'appeler les secours en cas de nécessité ;
- D'un sifflet afin de pouvoir communiquer avec les autres encadrants ;
- Et d'une bouée tube.

L'assistant dispose à chaque sortie d'un sifflet afin de pouvoir communiquer avec les autres encadrants.

L'animateur et l'assistant doivent porter une tenue spécifique afin d'être plus facilement repérés par les participants.

Règles relatives à l'équipement des participants et encadrants

Le port de vêtements en néoprène est conseillé : combinaison, shorty, gants, bonnet, etc. Ils devront être adaptés à l'état de la mer, à la configuration du lieu de pratique, à la température de l'eau et aux conditions météorologiques. Ils facilitent la flottabilité.
Le port de chaussons aquatiques ou chaussures est obligatoire.

II.3.4 – Recommandations et règles d'encadrement spécifiques aux clubs labellisés Rando Santé®

Définition :
La rando santé® est une activité physique douce. Elle s'adresse à tous, et en priorité à des individus aux capacités physiques diminuées mais ne nécessitant pas de tierce personne ou équipement particulier pour marcher, que ce soit pour des raisons d'ordre :

- **Physiologique :** personnes âgées, fumeurs, sédentaires, femmes enceintes, etc. ;
- **Pathologique :** personnes présentant une pathologie stabilisée ou même guérie, adressées ou non par leur médecin traitant pour reprendre progressivement une activité physique adaptée à leur santé ;

23 - Se reporter au cahier des charges des formations FFRandonnée.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



• **Ou psychologique :** personnes isolées, dépressives, ayant un manque de confiance en elles.

Elle se pratique sur un itinéraire adapté, préalablement reconnu et animé par un animateur rando santé® diplômé.

Recommandations spécifiques à l'itinéraire
L'itinéraire se définit par :

- Sa courte distance : inférieure à 9 km ;
- Un indice d'effort de 25 maximum[24] ;
- Des pentes faibles ;
- Acces simple par les secours en cas d'urgence (liaison téléphonique, proximité d'une route).

Le rythme de progression est inférieur à 4km/heure. La durée de la sortie est inférieure à 4 heures.

Règles relatives à l'encadrement
Une sortie Rando Santé® organisée par un club labellisé doit être encadrée par un animateur diplômé Rando Santé®.
L'animateur Rando Santé doit :

- Avoir suivi la formation Rando Santé® ;
- Etre capable d'organiser, conduire et animer des sorties pour des randonneurs fragilisés dans les meilleures conditions de sécurité ;
- Reconnaitre l'itinéraire proposé ;
- Proposer un itinéraire adapté;
- Connaitre le niveau physique des participants.



Recommandations relatives à la taille du groupe
Le nombre d'animateurs Rando Santé® nécessaire à l'animation du groupe dépend des capacités physiques et de progression des participants.

Recommandations relatives à la sécurité du pratiquant
Le pratiquant de Rando Santé au sein d'un club labélisé fournit un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la randonnée lors de sa première prise licence et le renouvelle annuellement.

L'animateur demande aux adhérents souffrant d'une pathologie, de porter sur eux une fiche avec les indications nécessaires en cas d'urgence : numéro de téléphone du médecin traitant, numéro de téléphone de la personne à prévenir, nature de la pathologie, traitement suivi, traitement et posologie à prendre, endroit où se trouve ce traitement (poche, sac, etc.).

24 - L'indice d'effort (Hiking index) est un des trois critères de la cotation fédérale des randonnées pédestres disponible à : **http://www.ffrandonnee.fr/_241/cotation-de-randonnees-pedestres.aspx**

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.

III.1 – Règles générales d'organisation



L'objet du présent chapitre est de rappeler les obligations législatives et réglementaires qui incombent aux organisateurs de manifestations de randonnée pédestre (art. L331-5 à 12, art R331-3 à 17-2 et art. A331-1 à 5 du Code du Sport). Sont concernées à la fois les randonnées pédestres ouvertes à tous, c'est-à-dire tout événement par lequel un organisateur recherche indifféremment la présence du grand public, et les épreuves donnant lieu à un classement des participants.

III.1.1 Déclaration et autorisation

Les manifestations de randonnée pédestre se déroulant en totalité ou partiellement sur une voie publique ou ouverte à la circulation publique[25] sont soumises soit à déclaration, soit à autorisation.

Font l'objet d'une déclaration les manifestations de randonnée pédestre dépourvues de tout classement et chronométrage regroupant en un point de la voie publique plus de 75 piétons.
Le dossier de déclaration est à déposer par l'organisateur auprès du préfet territorialement compétent au plus tard un mois avant la date de l'événement.
Le dossier de déclaration comprend :

- Les noms, adresses et coordonnées de l'organisateur ;
- La date et les horaires auxquels se déroule la manifestation ;
- La nature et les modalités d'organisation de la manifestation, notamment son programme et son règlement ;
- Dans les cas où l'itinéraire est imposé aux participants, un plan des voies empruntées sur lequel figurent les points de rassemblement ou de contrôle préalablement définis (à joindre) ;
- Le nombre maximal de participants à cette manifestation ainsi que, le cas échéant, le nombre de véhicules d'accompagnement ;
- Le recensement des dispositions assurant la sécurité et la protection des participants et des tiers ;
- Une attestation de police d'assurance souscrite par l'organisateur de ladite manifestation.

Sont soumises à autorisation les manifestations de randonnée pédestre donnant lieu à chronométrage et classement.
La demande d'autorisation doit être déposée par l'organisateur au moins 2 mois avant la date prévue de la manifestation si celle-ci ne se déroule que dans 1 seul département (3 mois lorsqu'elle se déroule sur plusieurs départements).
Le dossier de demande d'autorisation contient notamment :

- La date de l'épreuve ;
- Le nombre maximal de participants et le nombre approximatif de spectateurs attendus ;
- Les noms, adresse et coordonnées de l'organisateur ;
- L'horaire et le plan détaillé des voies et des parcours empruntés ;
- La nature et les modalités d'organisation, notamment le règlement de l'épreuve, conforme aux présentes Règles Techniques et de Sécurité ;
- Un exemplaire signé de l'attestation de police d'assurance ou, à défaut, l'engagement de souscrire un contrat d'assurance (l'attestation d'assurance signée devant alors être produite au plus tard 6 jours avant la date de l'épreuve) ;
- L'avis de la fédération délégataire concernée ou, à défaut d'avis rendu, la preuve de l'envoi par lettre recommandée avec accusé de réception de la demande d'avis ;
- Le cas échéant, une évaluation des incidences de la manifestation sur les sites «Natura 2000».

Quel que soit le régime applicable, l'organisateur peut, prendre l'attache des services de police et de gendarmerie nationale territorialement compétents, le Service Départemental d'Incendie et de Secours, ainsi que des gestionnaires des voiries traversées par la manifestation.

25 - Il s'agit des voies classées dans le domaine public routier de l'État, des départements et des communes (art. L111-1 du Code de la voirie routière), des chemins ruraux (art. L161-1 du Code rural et de la pêche maritime) et des voies privées ouvertes à la circulation publique des véhicules terrestres à moteur.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.





III.1.2 Obligation d’assurance

Tout organisateur d’une manifestation de randonnée pédestre doit avoir souscrit une assurance couvrant sa responsabilité civile, celle de ses préposés salariés ou bénévoles et celle des participants.

III.1.3 Obligation de remise en état des voies

En cas d’usage privatif de voies habituellement ouvertes à la circulation publique, l’organisateur est tenu de les remettre en état.

III.1.4 Surveillance médicale et organisation des secours

Pour toutes les manifestations de randonnée pédestre, quel que soit le nombre de participants, l’organisateur doit prendre des mesures de prévention, d’assistance et de secours, permettant d’assurer la protection médicale des participants, et donc de limiter les conséquences dommageables d’éventuels accidents.

La responsabilité de la surveillance médicale et de l’organisation des secours incombe à l’organisateur. Elle fait partie intégrante de son obligation générale de sécurité à l’égard des participants.

Le terrain, l’altitude, les conditions météorologiques, la distance à parcourir, la vitesse de déplacement, la durée de l’épreuve, le nombre et l’âge des participants sont autant de paramètres que l’organisateur doit prendre en compte pour évaluer les besoins en personnel et en matériels afin d’assurer une couverture médicale adaptée à la nature et à l’importance de la manifestation.

Selon l’article **L231-2-1 du code du sport**, la présentation d’un certificat médical mentionnant l’absence de contre-indication à la pratique de la randonnée pédestre en compétition, ou, pour les non-licenciés, de sa copie certifiée conforme, datant de moins d’un an est nécessaire pour participer aux épreuves donnant lieu à un chronométrage et à un classement organisées par la FFRandonnée.

Les autres manifestations de randonnée pédestre n’étant pas des «compétitions sportives», l’organisateur n’est pas tenu d’exiger des participants la présentation d’un certificat médical. Il peut toutefois l’imposer en fonction notamment de la difficulté du parcours, de l’âge des participants, etc.

Pour les randonnées pédestres regroupant moins de 500 participants et pour les épreuves avec classement regroupant moins de 30 équipes, l’organisateur doit s’assurer les services d’un titulaire du certificat de compétence de citoyen de sécurité civile Prévention et Secours Civiques de niveau 1 (PSC1) ou d’un titulaire du brevet fédéral d’animateur de randonnée pédestre.

Cette personne devra disposer :

- D’une trousse de premiers secours ;
- D’un moyen de communication permettant d’alerter rapidement les secours d’urgence (tél. fixe, portable, radios mobiles, etc.). Pour les téléphones portables, s’assurer avant la manifestation de la bonne réception des communications, des numéros de secours d’urgence (SAMU, Pompiers), ainsi que du numéro du responsable de l’organisation.

L’organisateur indiquera aux participants l’emplacement du ou des postes de secours ainsi que les numéros d’alerte des services de secours d’urgence et du responsable de l’organisation.

Pour les randonnées pédestres regroupant de 500 à 2 000 participants et pour les épreuves avec classement regroupant de 30 à 100 équipes l’organisateur doit s’attacher les services de 2 secouristes titulaires du certificat de compétence de citoyen de sécurité civile PSC1 ou d’un brevet fédéral de randonnée pédestre.

Ces personnes devront disposer :

- D’une trousse de premiers secours ;
- D’une tente ou d’un local aménagé permettant de dispenser les premiers soins (cette structure devra être proche du lieu de départ ou d’arrivée) ;
- D’un moyen de communication permettant d’alerter rapidement les secours d’urgence (tél. portable) ;
- Des numéros de secours d’urgence (SAMU, Pompiers), ainsi que du numéro du responsable de l’organisation.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



L'organisateur indiquera aux participants l'emplacement du ou des postes de secours ainsi que les numéros d'alerte des services de secours d'urgence et du responsable de l'organisation.

Pour les randonnées pédestres regroupant plus de 2 000 participants et pour les épreuves avec classement regroupant plus de 100 équipes l'organisateur peut faire appel à une association agréée de secourisme. Cette association devra être sollicitée par écrit au moins trois mois avant la date de la manifestation.
Si l'organisateur ne fait pas appel à une association agréée de secourisme, il devra s'attacher les services d'au minimum deux secouristes titulaires du certificat de compétence de citoyen de sécurité civile Premiers Secours en Équipe de niveau 2 et qui devront disposer :

- D'un matériel de secours ;
- D'une structure mobile ou fixe aménagée pour dispenser les premiers soins ;
- De moyens de communication permettant d'alerter rapidement les secours d'urgence (téléphone portable) ;
- Des numéros de secours d'urgence (SAMU, Pompiers), ainsi que du numéro du responsable de l'organisation.

L'organisateur indiquera aux participants l'emplacement du ou des postes de secours ainsi que les numéros d'alerte des services de secours d'urgence et du responsable de l'organisation.

Niveau	**Manifestation sans classement** (Nombre de participants)	**Epreuce avec classement** (Nombre d'équipes)	**Personnels**	**Moyens matériels**
I	- de 500	- de 30	- 1 secouriste PSC1 ou - 1 breveté fédéral	- Trousse de 1er secours - Moyens de communication - Tél. mobile ou emplacement de tél. fixe - N° de secours - N° interne de sécurité
II	de 500 à 2 000	de 30 à 100	- 2 secouriste PSC1 ou - 2 brevetés fédéraux	- Trousse de 1er secours - 1 tente ou «abris» aménagé - Moyens de communication - Tél. mobile ou emplacement de tél. fixe - N° de secours - N° interne de sécurité
III	+ de 2 000	+ de 100	- 1 équipe d'assistance médicale ou - 2 secouristes PSE2	- Trousse de 1er secours - 1 structure mobile ou fixe aménagée pour les soins - Moyens de communication - Tél. mobile ou emplacement de tél. fixe - N° de secours- N° interne de sécurité

NB : ces dispositions peuvent être renforcées, soit à l'initiative de l'organisateur, soit à l'initiative des autorités administratives (préfet, maire). Elles ne peuvent en aucun cas être minorées.

III.1.5 Balisage

Lorsque c'est possible, il est recommandé de privilégier un balisage temporaire réalisé à partir de jalons qui seront retirés à l'issue de la manifestation plutôt que de la peinture, même biodégradable.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



III.2 – Règles d'organisation des Rando challenges®



III.2.1 – Généralités

Article 1 – Définition
Le Rando challenge® est une compétition de randonnée pédestre par équipe de 3 ou 4 au cours de laquelle les concurrents effectuent en marchant un suivi d'itinéraire tracé sur un fond de carte de randonnée au 1/25000 et découvrent des bornes FFRandonnée[26]. Le classement est établi sur la base :

- Du positionnement des bornes sur la carte ;
- De l'écart entre le temps de référence calculé par l'organisateur, un temps cible calculé par l'équipe et le temps réalisé ;
- Des réponses apportées aux Affirmations à Choix Multiples (ACM) proposées à chaque borne.

Article 2 – Champ d'application
Le présent règlement s'applique à l'ensemble des Rando challenges® inscrits au calendrier fédéral. Ces épreuves sont organisées par la FFRandonnée, ses organes déconcentrés ou ses associations affiliées pour les titulaires d'une licence associative ou d'une randocarte en cours de validité. La participation de compétiteurs licenciés dans d'autres fédérations nécessite au préalable qu'une convention ayant pour objet le développement de la pratique du Rando challenge® soit conclue avec la fédération d'origine du compétiteur non licencié.

Conformément à l'article L231-2-1 du code du sport, la présentation d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la randonnée pédestre en compétition de moins d'un an est obligatoire.

III.2.2 – Règles techniques

Article 3 – Carte
Les cartes[27] utilisées sont des extraits non modifiés du fond de carte de randonnée IGN au 1/25000.
Deux exemplaires en impression couleur, dont un au moins doit être indéchirable, résistant à l'eau et comporter un moyen d'identifier l'équipe à laquelle il a été remis, sont fournis par l'organisateur à chaque équipe au moment du départ. L'impression doit être de qualité suffisante pour permettre de bien visualiser les éléments de la carte. L'échelle et l'orientation doivent être respectées.

Chaque carte doit en outre mentionner le(s) numéro(s) de téléphone permettant – en cas d'urgence – de joindre l'organisateur pendant l'épreuve, ainsi que l'heure de fermeture du parcours.

Les informations figurant en surimpression ne doivent pas se confondre avec la carte ni masquer des éléments utiles à l'orientation. L'itinéraire est donc représenté par une ligne continue suffisamment épaisse pour être lisible et de couleur rouge ou violette transparente. L'emplacement du départ et de l'arrivée sont indiqués spécifiquement.

Article 4 – Itinéraire
L'itinéraire se caractérise par l'utilisation d'éléments de progression variés, par de nombreux changements de direction, par un nombre important de points remarquables, ainsi que par une grande variété des espaces traversés.

Mesurant entre 16 et 20 km effort, il est indiqué sur la carte mais pas spécifiquement matérialisé ou jalonné sur le terrain.

Les bornes sont positionnées – soit directement, soit à une distance n'excédant pas 500 m – d'un emplacement caractéristique du terrain et nettement identifiable sur la carte[28].

Article 5 – Bornes FFRandonnée
Chaque borne FFRandonnée est constituée :

- D'un cylindre en plastique blanc, jaune et rouge[29] conforme au modèle FFRandonnée ;

26 - Voir article 5
27 - Voir annexe 6
28 - Voir annexe 7
29 - Voir annexe 8

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.





• D'une pince de contrôle (différente pour chaque borne du parcours) ;
• D'une fiche indéchirable et résistante à l'eau comportant une ACM.

Elles doivent être visibles par les concurrents évoluant normalement sur l'itinéraire.

Article 6 – Fiche de contrôle

Chaque équipe se voit remettre au moment du départ une fiche de contrôle indéchirable et résistante à l'eau, conforme au modèle FFRandonnée[30].
L'organisateur renseigne les champs «Nom de l'équipe», «Club» et «HD»[31].
Elle doit être restituée à l'arrivée dans un état permettant son exploitation.

Article 7 – Temps de référence

Le temps de référence est calculé de la manière suivante :

$$\text{Temps de référence (en minutes)} = \frac{\text{Distance et effort}}{\text{Vitesse moyenne}} \times 60 + \text{forfait}$$

$$\text{où Distance effort (en km)} = \text{Distance à parcourir (en km)} + \frac{\text{Dénivelée positive (en m)}}{100}$$

vitesse moyenne = 4 km/h et Forfait = 45 minutes

La distance à parcourir ainsi que la dénivelée positive sont calculées à l'aide d'un logiciel de préparation de randonnée (WebSig FFRandonnée, Géoportail, CartoExplorer, Géorando, Openrunner, etc.). Le résultat est arrondi à ±25 mètres pour la distance et à 10 mètres pour la dénivelée.
Le forfait correspond au temps de préparation, aux réponses aux ACM ainsi qu'à un temps de restauration.
Le temps ainsi calculé est arrondi à la minute inférieure.

Article 8 – Affirmations à Choix multiples

Les ACM peuvent porter sur le patrimoine, la faune, la flore, la Fédération, la technique, l'orientation, la sécurité, etc. Les réponses doivent pouvoir être apportées par une observation attentive lors du cheminement (à privilégier), par la culture personnelle des concurrents, ou encore à l'aide de documents fournis par l'organisateur au moment du départ. Les différentes ACM doivent être indépendantes les unes des autres. Chaque ACM comporte trois propositions dont une au moins est correcte.

Les réponses sont apportées en utilisant la pince de contrôle à l'exclusion de tout autre procédé, sur la fiche de contrôle. Toute case cochée, raturée ou barrée manuellement (sauf à la demande de l'organisateur) invalide l'ACM correspondante qui est considérée comme fausse.

Article 9 – Positionnement des bornes

Le pointage des bornes sur la carte s'effectue en perçant l'exemplaire indéchirable à l'aide d'une épingle à nourrice remise par l'organisateur à chaque équipe au moment du départ.

Article 10 – Matériel obligatoire

Chaque équipe doit obligatoirement disposer :

• D'une trousse de premiers secours [32] ;
• D'un téléphone portable en état de fonctionnement ;

En outre, chaque participant doit disposer :

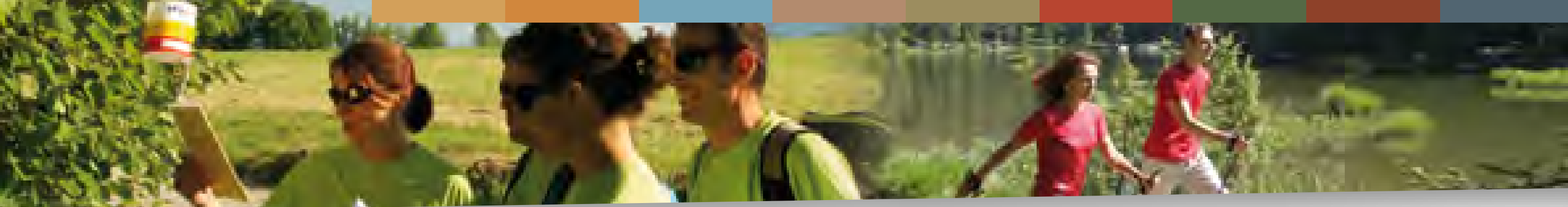
• De chaussures et de vêtements adaptés aux caractéristiques de la randonnée ;
• D'un sac à dos ;
• D'une réserve d'eau (d'1,5 litre minimum en début d'épreuve) ;
• D'une réserve alimentaire ;
• D'une couverture de survie ;
• D'une veste coupe-vent.

Des contrôles inopinés pourront être effectués tout au long du parcours.

---

30 - Voir **annexe 9**
31 - Horaire de départ
32 - Voir **annexe 10**

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.





Article 11 – Départ
Le départ des équipes se fait de manière échelonnée.
L'intervalle de départ entre 2 équipes est au minimum de 2 minutes. L'amplitude maximale des départs ne doit pas dépasser 150 minutes et deux équipes d'un même club doivent être séparées par un écart d'au moins 20 minutes.

Un contrôle des licences est effectué.

Les équipes disposent d'un espace pour préparer leur randonnée. Elles indiquent avant de quitter le sas de départ le temps de référence qu'elles ont calculé (selon la formule mentionnée dans l'article 7) et que l'on nommera « temps cible ». L'organisateur l'inscrit sur la fiche de contrôle.

Article 12 – Arrivée
Le temps est pris sur le dernier membre de l'équipe. Il est arrondi à la minute supérieure. L'exemplaire indéchirable et résistant à l'eau de la carte ainsi que la fiche de contrôle sont immédiatement remis à l'organisateur qui renseigne le champ «HA»[33]. Sur demande du capitaine d'équipe, une heure d'arrivée plus tardive peut être choisie.
Tous les concurrents, y compris ceux ayant abandonné, doivent obligatoirement passer par l'arrivée.

Article 13 – Classement
Le classement est établi en tenant compte :
- Du positionnement des bornes : 10 points en cas de borne mal positionnée (tolérance fixée à 75 m de diamètre sur le terrain, soit 3 mm sur la carte) et 15 points par borne manquante ou excédentaire ;
- Du cumul des écarts entre le temps cible et le temps réalisé d'une part et le temps cible et le temps de référence d'autre part : 1 point par minute en plus ou en moins ;

Exemples :

Temps cible	Temps réalisé	Temps de référence	Points
290'	285'	300'	5 + 10 = 15
290'	295'	300'	5 + 10 = 15
290'	305'	300'	15 + 10 = 25
310'	315'	300'	5 + 10 = 15
310'	285'	300'	25 + 10 = 35
310'	295'	300'	15 + 10 = 25
310'	305'	300'	5 + 10 = 15
310'	315'	300'	5 + 10 = 15

- Des réponses apportées aux ACM : 5 points en cas de réponse fausse ou incomplète et 20 points en cas d'absence de réponse ou de mauvais poinçon.

L'équipe qui l'emporte est celle totalisant le moins de points.

En cas d'égalité, le vainqueur est l'équipe ayant obtenu le meilleur score au niveau du positionnement des bornes. Si les équipes n'ont pu être départagées de cette manière, le critère temps est pris en compte. En dernier recours le résultat obtenu aux ACM est utilisé.

Article 14 – Jury d'épreuve et réclamations
Un jury d'épreuve est constitué. Il est habilité à statuer dans le délai compatible avec les impératifs de l'épreuve sur tous les litiges survenus ou disqualifications. Ses décisions sont sans appel. Il est composé :
- Du directeur de l'épreuve ;
- Du président de la structure organisatrice ou son représentant ;
- D'un représentant fédéral : membre du comité directeur fédéral ou conseiller technique pour la finale de la coupe de France des clubs, membre du comité directeur régional ou référent régional Rando challenge® pour les manches de la coupe de France des clubs, membre du comité directeur régional ou départemental

33 - Horaire d'arrivée

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



ou référent régional ou départemental Rando challenge® pour les autres épreuves. Il désigné par l'échelon concerné : président de la commission nationale juges et arbitres pour la finale de la coupe de France des clubs ou président du comité régional ou son représentant dans les autres cas.

La composition du jury est affichée en un lieu visible de tous au moins une heure avant le premier départ. Les réclamations sont recevables par écrit dans les 30 minutes après l'affichage des résultats provisoires.

Article 15 – Cas de disqualification

Une équipe peut être disqualifiée sur décision motivée du jury pour tout manquement grave au règlement, notamment en cas de :

- Non-respect de la stricte autonomie : matériel obligatoire, apport de prestations aux concurrents (équipement, nourriture, etc.) ;
- Progression délibérée en dehors de l'itinéraire et notamment dans des zones interdites et indiquées comme telles sur la carte ou encore dans des champs cultivés, des prés de fauche, ou des propriétés privées etc ;
- Progression ou arrivée non groupées des membres de l'équipe ;
- Non-respect du code de la route sur les parties du parcours empruntant la voie publique ;
- Non-respect de consignes données par un organisateur ;
- Utilisation d'un GPS ou d'un téléphone portable ou de tout autre appareil électronique d'orientation (hors motif lié à la sécurité) ;
- Utilisation d'un moyen de transport ;
- Non-assistance à un concurrent en difficulté ;
- Abandon de déchets divers, pollution ou dégradation des sites par un concurrent ou un membre de son entourage ;



- Insultes, impolitesses ou menaces proférées à l'encontre de tout membre de l'organisation et de tout bénévole ;
- Dopage ou refus de se soumettre au contrôle anti-dopage.

Toute équipe mise hors course et voulant poursuivre son parcours ne pourra l'effectuer qu'après avoir restitué sa fiche de controle, sous sa propre responsabilité, en autonomie complète et sans pouvoir être classée.

Article 16 – Modification du parcours / annulation de l'épreuve

En cas de force majeure (mauvaises conditions météorologiques ou pour des raisons de sécurité), l'organisateur se réserve le droit d'annuler l'épreuve ou de l'arrêter en cours. Aucun remboursement d'inscription ne sera alors effectué.

III.2.3 – Coupe de France des clubs de randonnée pédestre

Article 17 – Principes généraux

La coupe de France des clubs de randonnée pédestre se déroule sur une saison sportive, c'est-à-dire du 1er septembre de l'année n au 31 août de l'année n+1. Elle est constituée :

- De manches qualificatives réparties sur l'ensemble du territoire ;
- D'une finale nationale permettant de décerner les titres de vainqueur de la coupe de France des clubs de randonnée pédestre.

Article 18 – Catégories

3 catégories sont définies :

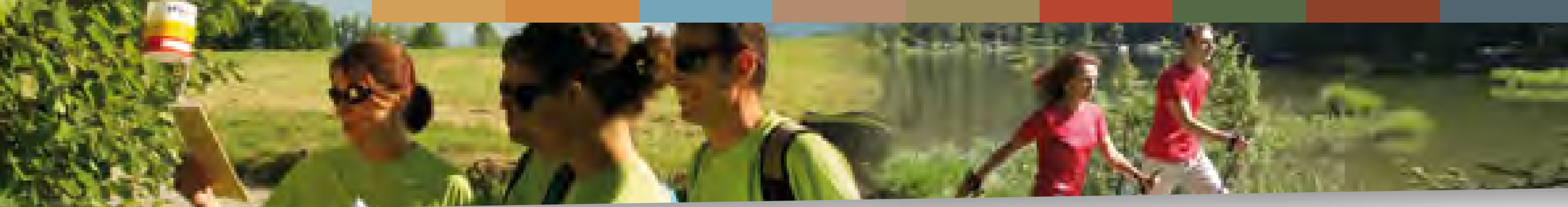
- «Féminines» : équipes composées uniquement de femmes ;
- «Mixtes» : équipes composées de femmes et d'hommes ;
- «Masculines» : équipes composées uniquement d'hommes.

Article 19 – Formation et nom des équipes

Une équipe est constituée de 3 ou 4 personnes licenciées dans le même club FFRandonnée.

Les équipes se caractérisent par leur nom et l'identité de leur capitaine. Les clubs peuvent former plusieurs

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



équipes mais devront ajouter un complément à leur nom (par exemple Rando Tolbiac 1, Rando Tolbiac 2, Rando Tolbiac 3, etc.).



La FFRandonnée se réserve le droit de refuser des noms d'équipes inappropriés. Par défaut, l'équipe sera désignée par le nom du club et le nom du capitaine (par exemple Rando Tolbiac Claude HÜE).

Article 20 – Manches de la coupe de France des clubs de randonnée pédestre
Les manches de la coupe de France des clubs se déroulent jusqu'au 3ème week-end de mai. Elles permettent de cumuler des points selon le barème reproduit en **annexe 11**, appliqué à chaque catégorie.

Chaque comité régional peut désigner une et une seule manche de la coupe de France des clubs. Un appel à candidatures comprenant notamment le cahier des charges actualisé ainsi qu'un formulaire de candidature est lancé auprès des comités régionaux au printemps de l'année n.

Le club organisateur s'abstient de participer. Des points organisateurs sont néanmoins attribués aux équipes participant à la coupe de France des clubs de randonnée pédestre : leur meilleur score de la saison en cours ou de la saison précédente est doublé.

Article 21 – Finale de la coupe de France des clubs de randonnée pédestre
La finale de la coupe de France des clubs est organisée chaque année. Elle se déroule en fin de saison sportive, dans la mesure du possible durant un week-end de la fin juin ou du début juillet.

Peuvent y concourir un maximum de 75 équipes, plus les vainqueurs dans chaque catégorie de la précédente édition, ainsi qu'une équipe (féminine, mixte ou masculine) par club ayant organisé une manche de la coupe de France lors de la saison en cours. Les catégories sont représentées au prorata du nombre d'équipes classées à l'issue des différentes manches (par exemple si 200 équipes masculines, 50 mixtes et 50 féminines ont été classées, le nombre de places ouvertes à la finale est de 50 équipes masculines, 12 équipes mixtes et 12 équipes féminines).

L'organisation de la finale de la coupe de France des clubs fait l'objet d'un appel à candidatures lancé au printemps de l'année n et comprenant notamment le cahier des charges actualisé ainsi qu'un formulaire de candidature.

III.2.4 – Préconisations relatives aux Rando challenges® Découverte

Article 22 – Article unique
Afin de promouvoir le Rando challenge®, des épreuves Découverte peuvent être mises en place. Les adaptations peuvent porter sur :
• La composition des équipes : au minimum 2 personnes, licenciées ou non. La présentation d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la randonnée pédestre en compétition n'est pas obligatoire ;
• Les cartes utilisées : échelle, nature, etc.
• Le temps de référence : distance et/ou dénivelée fournies par l'organisateur ;
• Le parcours : distance plus courte et/ou balisage spécifique sur le terrain ;
L'organisation des départs : laissée à la libre appréciation de l'organisateur afin de limiter l'attente des participants tout en assurant une certaine fluidité à l'épreuve.
Etc.
Ces Rando challenges® Découverte ne peuvent en aucun cas servir de support à une épreuve de la coupe de France des clubs de randonnée pédestre (manche ou finale).

III.3 – Manifestation de Longe-Côte - Marche Aquatique Côtière (LC-MAC)

III-3-1 Règles d'organisation de manifestations de Longe Côte - Marche Aquatique Côtière- (LC MAC)

III- 3-1-1 Règles générales d'organisation

L'objet du présent chapitre est de rappeler les obligations législatives et réglementaires qui incombent aux organisateurs d'une manifestation de LC-MAC. Sont concernées à la fois les manifestations découvertes s'adressant aux licenciés et/ou au grand public et les compétitions. Ces règles viennent en complément des dispositions du règlement général de mise en oeuvre de l'activité de Marche Aquatique Côtière édité par la FFRandonnée.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



Les rassemblements de LC-MAC sont régies selon les règles fixées par l'arrêté interministériel du 3 mai 1995, relatif aux manifestations nautiques [34] .

III-3-1-2 Déclaration et autorisation

Toute manifestation nautique doit faire l'objet :

- d'une déclaration préalable auprès de la Direction Départementale des Territoires et de la Mer (arrêté du 03/02/1995 relatif aux manifestations nautiques) :

- au moins quinze jours avant la date prévue,
- au moins deux mois avant, si la manifestation nécessite une dérogation aux règlements en vigueur ou des mesures de police particulières [35].

- d'une demande d'autorisation adressée au maire de la commune du lieu d'organisation (article L 2212-2 du code des collectivités territoriales) responsable de la sécurité dans la bande des trois cent mètres, zone de pratique de la LC-MAC. Cette demande d'autorisation peut s'accompagner, selon la localisation et le type de manifestation nautique d'une évaluation des incidences Natura 2000 (voir la liste nationale art R 414-19 du code de l'environnement).

L'organisateur doit prendre l'attache du service de police ou de gendarmerie nationale territorialement compétent, du service départemental d'incendie et de secours (SDIS) ainsi que du centre régional opérationnel de surveillance de sauvetage (CROSS).

III-3-1-3 Obligation d'assurance

Tout organisateur d'une compétition de LC-MAC doit avoir souscrit une assurance couvrant sa responsabilité civile, celle de ses préposés salariés ou bénévoles et celle des participants.

III-3-1-4 Obligation de remise en état du site

La responsabilité environnementale incombe à l'organisateur. La compétition ayant lieu sur l'estran, milieu marin particulièrement sensible, les participants devront être encouragés à minimiser l'impact environnemental. Ce respect concerne le milieu marin (l'eau, la faune, la flore et les fonds).

III-3-1-5 Surveillance médicale et organisation des secours

Pour toutes les manifestations de LC-MAC, quel que soit le nombre de participants, l'organisateur doit prendre des mesures de prévention, d'assistance et de secours, permettant d'assurer la protection médicale des participants et donc de limiter les conséquences dommageables d'éventuels accidents. La responsabilité de la surveillance médicale et de l'organisation des secours incombe à l'organisateur. Elle fait partie intégrante de son obligation générale de sécurité à l'égard des participants.

S'agissant d'épreuves chronométrées et/ou donnant lieu à classement, la présentation d'un certificat médical mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique de la LC-MAC en compétition datant de moins d'un an est obligatoire (l'article L231-2-1 du code du sport).

Les conditions météorologique, l'état de la mer, la distance à parcourir, la vitesse de déplacement, la durée de l'épreuve, le nombre et l'âge des participants sont autant de paramètres que l'organisateur doit prendre en compte pour évaluer les besoins en personnel et en matériels afin d'assurer une couverture médicale adaptée à la nature et à l'importance de la manifestation.

L'organisateur devra s'assurer des services d'un ou plusieurs animateurs diplômés de MAC LC (donc titulaires du certificat de compétence de citoyen de sécurité civile (PSC1)) et disposer de divers équipements de secours en rapport avec le nombre de personnes accueillies :

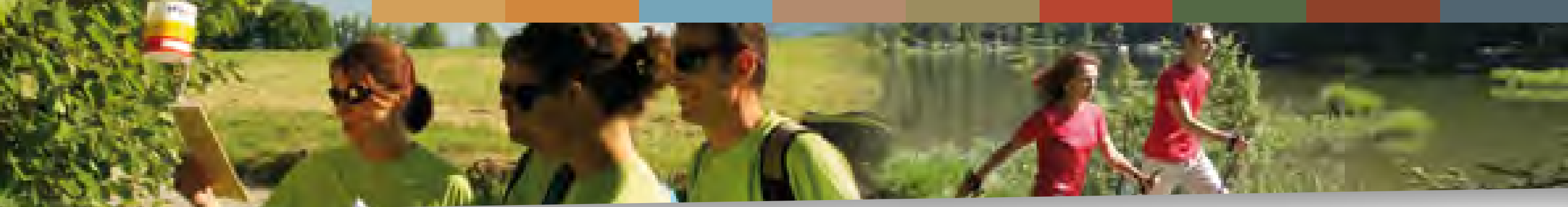
- d'une trousse de premiers secours,
- d'une tente ou d'un local aménagé permettant de dispenser les premiers soins,
- d'un moyen de communication permettant d'alerter rapidement les secours d'urgence,
- de moyens de surveillance et de secours nautiques.

---

34 - Par « manifestation nautique », il faut entendre toute activité exercée dans les eaux maritimes et susceptible d'appeler des mesures particulières, d'organisation et d'encadrement en vue d'assurer la sécurité des participants et des spectateurs. Il peut s'agir de régates, de fêtes de la mer, de compétitions (natation), de défis individuels, de courses.

35 - Le préfet maritime est chargé de l'ordre public et du sauvetage. Il réglemente, le cas échéant, la circulation maritime sur le plan d'eau où se déroule la manifestation. Il peut interdire ou suspendre le déroulement d'une manifestation nautique, notamment en l'absence de déclaration préalable ou lorsque les dispositions retenues par l'organisateur ne s'avèrent pas conformes à celles qui avaient été prévues.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



Ces dispositions peuvent être renforcées, soit à l'initiative de l'organisateur, soit à la demande des autorités administratives [36]. Elles ne peuvent en aucun cas être minorées.

III-3-1-6 Protection de la vie Privée

Fichiers informatiques et publication des résultats :
Conformément aux dispositions de la loi n° 78-17 du 11 janvier 1978 modifiée dite « informatique et libertés », chaque organisateur se doit de préciser aux participants de l'existence de fichiers contenant des informations personnelles et du droit d'accès et de rectification dont ils disposent (article 34).

Publication des résultats :
Conformément aux dispositions de la même loi, et à la demande de la Commission Informatique et Libertés (CNIL), chaque organisateur s'engage à informer les participants à leur compétition, que les résultats pourront être publiés sur le site internet de l'épreuve et sur celui de la FFRandonnée.

Si les participants souhaitent s'opposer à la publication de leur résultat, ils doivent expressément en informer l'organisateur et le cas échéant la FFRandonnée.

Droit à l'image :
L'organisateur doit prendre toutes dispositions nécessaires dans le règlement pour informer les concurrents de la possibilité qu'il se réserve de pouvoir utiliser les éventuelles images de la manifestation sous quelque forme que ce soit. Il est conseillé d'insérer une clause à ce sujet au sein du bulletin d'inscription au terme de laquelle le participant autorise à titre gracieux la reproduction et l'exploitation de son image au profit de l'organisateur (voir de ses partenaires) pour une durée limitée (5 ans par exemple).

III-3-2 – Règles d'organisation des compétitions de Longe Côte (LC)

III 3-2-1 – Généralités

Article 1 – Définition
Une compétition de Longe Côte est une épreuve sportive individuelle ou par équipe de 3 à 9 longeurs, répondant à des règles techniques, au cours de laquelle les concurrents effectuent un aller/retour dans l'eau en marchant au Bon Niveau d'Immersion sur un parcours balisé et chronométré.

Tous les ustensiles de propulsion manuelle et non motorisée sont autorisés (pagaies, gants palmés, plaquettes etc.…).

Un seul classement est réalisé, qu'ils s'agissent de compétiteurs pratiquant avec ou sans ustensile de propulsion non motorisé (exemple : gants palmés, pagaie, longe up…).

Les dispositions du paragraphe III-2-1 du présent mémento s'appliquent à l'ensemble des compétitions.

Article 2 – Champ d'application
Le présent règlement s'applique à l'ensemble des compétitions, organisées par la FFRandonnée, ses organes déconcentrés ou les associations affiliées, pour les titulaires d'une licence associative ou d'une randocarte en cours de validité.

Conformément à l'article L231-2-1 du code du sport, la présentation d'un certificat médical de non contreindication à la pratique de le LC-MAC en compétition, daté de moins d'un an, est obligatoire.

III 3-2-2 – Règles techniques

Article 3 – Types d'épreuve
Deux types d'épreuve peuvent être organisés :
- des compétitions officielles sélectives au championnat de France de Longe-Côte inscrites au calendrier officiel de la FFRandonnée et des Sentiers Bleus [37],
- des compétitions locales ou régionales correspondant à des épreuves chronométrées avec classement.

36 - L'autorité administrative peut, par arrêté motivé, interdire la tenue de toute compétition, rencontre, démonstration ou manifestation publique de quelque nature que ce soit, dans une discipline ou une activité sportive lorsqu'elle présente des risques d'atteinte à la dignité, à l'intégrité physique ou à la santé des participants (article L-331-2 du code du sport).

37 - D'une manière dérogatoire en 2016, les épreuves chronométrées officielles organisées par des structures affiliées à la FFRandonnée pour leurs propres adhérents, et validées par un juge arbitre littoral seront sélectives pour le championnat de France.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



Article 4 – Validation de l'organisation et du chronométrage
La présence d'un juge arbitre littoral ou de son adjoint est obligatoire pour valider l'organisation d'une épreuve officielle. Elle est facultative lors de l'organisation d'une compétition non officielle.

Article 5 – Structure obligatoire pour l'organisation d'une compétition
Toute compétition officielle de longe Cote nécessite la mise en place :
• d'un PC course,
• d'un Directeur de Course,
• d'une équipe d'arbitrage composée au minimum d'un :
  - juge Arbitre et ses assistants,
  - chronométreur,
  - arbitre assistant,
  - lanceur,
  - régulateur
  - ajusteur.

Ce dispositif arbitral doit être adapté selon le nombre de compétiteurs, les conditions de mer et de météo. Il n'est pas obligatoire, mais conseillé lors de l'organisation d'une compétition non officielle.

Article 6 – Obligation du compétiteur
Pour s'engager à une compétition, les compétiteurs doivent posséder un certificat médical de non contreindication à la pratique du LC-MAC en compétition daté de moins d'un an.

Lorsqu'il s'agit d'une compétition officielle et/ou d'un chrono officiel, les compétiteurs doivent en plus posséder une licence FFRandonnée en cours de validité.

Article 7 – Catégories
Quatre catégories d'âge ont été définies :
• Juniors : - de 18 ans (autorisation parentale obligatoire),
• Seniors : 18-39 ans,
• Vétéran 1 : 40-59 ans,
• Vétéran 2 : 60 ans et +.

La catégorie de classement d'une équipe est déterminée en calculant la moyenne des âges des participants.
2 catégories de sexe :
• femme
• homme

Les équipes peuvent être Mixte. Elles sont classées en catégorie masculine.

Article 8 – Distances
Les compétitions officielles portent uniquement sur 100 mètres en individuel et sur 1000 mètres par équipes de trois (tierce) et de cinq (quinte).

Lors des compétions non officielles tous types d'épreuves peuvent être organisés

Article 9 – Temps de l'équipe
A l'arrivée, le temps est pris sur le dernier longeur de l'équipe.

Article 10 – Parcours
Toutes les distances doivent être composées d'un aller-retour.

Article 11 – Jury d'épreuve et réclamations
Pour les courses officielles un jury d'épreuve est constitué, habilité à statuer dans le délai compatible avec les impératifs de l'épreuve sur tous les litiges survenus ou disqualifications. Ses décisions sont sans appel.
Il est composé :
• du directeur de course,
• du juge arbitre littoral.

Le jury d'épreuves n'est pas obligatoire mais conseillé lors de l'organisation des compétions non officielles.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



Article 12– Cas de disqualification
Des avertissements sont attribués aux compétiteurs pour :
- non respect du BNI (bon niveau d'immersion),
- non respect du pas du longeur (interdit de courir),
- non respect de la règle de rattrapage (toute équipe ou longeur solo rattrapé doit s'écarter pour laisser passer le rattrapant afin de ne pas entraver son évolution et en lui laissant le BNI favorable. Il est interdit de profiter de l'aspiration ainsi créée),

Le port de chaussures avec crampons est interdit.

Au bout de trois avertissements le participant ou l'équipe est disqualifié.

Article 13 : Contrôle Anti Dopage
Un contrôle peut avoir lieu en tout lieu où se déroule une compétition officielle (Art L232-13 §1 du Code du Sport). Il convient donc, en cas de réquisition de l'autorité administrative pour un tel contrôle, de pouvoir y faire face en ayant prévu des lieux adéquats pour ce contrôle. Toute carence constatée dans l'organisation de ce contrôle pourrait être assimilée à un « obstacle à contrôle » réprimé de 6 mois d'emprisonnement et de 7500 € d'amende (Art L232-25 du Code du Sport).

III-3-3 – Règles particulières d'organisation d'un championnat de France de Longe Côte

Article 1 : Principes généraux
Un championnat de France de Longe Côte est un événement organisé par un comité ou un club affiliés à la FFRandonnée, par délégation de cette dernière. Il clôture une saison sportive, se déroule sur un ou plusieurs jours et comprend :
- des épreuves qualificatives,
- des finales,
- une cérémonie protocolaire.

L'ensemble des règles générales d'organisation, objet du paragraphe III-2 du présent mémento fédéral s'appliquent.

Le championnat de France est ouvert à tout compétiteur pratiquant au sein d'un club ou structure affiliée à la FFRandonnée. Il porte exclusivement sur une épreuve individuelle de 100 m et une épreuve de 1000 m par équipe de trois (tierce) ou de cinq (quinte).

Toutes les distances pour être homologuées doivent être composées au moins d'un aller-retour.

Article 2 : Règle de sélection
La FFRandonnée établira pour chaque saison sportive, les règles particulières sélectives et qualificatives au championnat de France.

Article 3 : Obligation des clubs
Le championnat de France est ouvert à tous les clubs :
- Affiliés à la FFRandonnée, possédant au moins un Animateur Marche Aquatique Côtière FFRandonnée formé et distribuant des licences FFRandonnée,

ou
- Affiliés à la FFRandonnée et distribuant des licences IRSB.

Article 4 : Responsable ou délégué compétition
Chaque club engageant des compétiteurs est représenté par un responsable ou délégué compétition, licencié FFRandonnée du club qu'il représente. Il représente l'ensemble des compétiteurs de son club lors des compétitions, est le seul à pouvoir « poser réclamation » pour ses compétiteurs.

Il est souhaitable qu'il ne soit pas un compétiteur.

Article 5 : Obligation du compétiteur
Pour pouvoir s'inscrire au championnat de France un compétiteur doit :
- être titulaire d'une licence FFRandonnée en cours de validité et distribuée par le club qu'il représente sur ce Championnat,
- présenter un certificat de non contre-indication à la pratique de la Marche Aquatique Côtière ou Longe Côte en compétition daté de moins d'un an,

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



• avoir participé à une compétition sélective inscrite au calendrier officiel de la fédération et des Sentiers Bleus ou à une épreuve chronométrée officielle sélective organisée par son club [38-39].
• être inscrit au CDF LC par son club avant la date de clôture des inscriptions.

Article 6 : Règles techniques particulières
La coordination d'une épreuve nationale est assurée par le directeur de course en collaboration avec l'arbitre national (ou son adjoint) et l'arbitre littoral de la région organisatrice (ou son adjoint).

Les réclamations et/ou les disqualifications sont étudiés par un comité d'éthique. Celui-ci récupère les réclamations notifiées sur un formulaire réglementaire (fourni à chaque délégué avant chaque Championnat), statue sur son bien-fondé et transmet sa décision à l'arbitre national, ainsi qu'au délégué à l'origine de la réclamation.
Les horaires des différentes épreuves compétitives sont établis en fonction des marées et notifiées dans le programme officiel de la compétition. Il faut au minimum deux heures de repos entre la qualification et la finale.

Chaque club peut inscrire deux remplaçants, respectant les critères de sélection, susceptibles de prendre la place de tout compétiteur du club ne pouvant prendre le départ d'une épreuve par équipe. La notification auprès des organisateurs se fera par le responsable ou délégué compétition du club au plus tard lors de la remise des dossards.

Article 7 : Organisation de la compétition
La compétition comporte des épreuves qualificatives et une finale par course et catégorie.

Article 8 : Cérémonie protocolaire
Le protocole de remise de médailles a lieu :
• soit après chaque finale,
• soit à l'issue de la dernière finale dans un lieu et un délai fixé par l'organisateur.

Article 9 : Annulation
Tout organisateur d'un championnat de France de Longe Côte doit prévoir et fixer des règles précises d'annulation, prévoyant le remboursement éventuel des frais d'inscriptions acquittés par les équipes engagées et leurs accompagnants.

Article 10 : Candidature
L'organisation d'un championnat de France de Longe Cote fait l'objet d'un appel à candidatures lancé en décembre N-2 et comprenant notamment le cahier des charges actualisé ainsi qu'un formulaire de candidature.

III.4 – Règles d'organisation des marches d'endurance

Les brevets Audax marche sont une forme de marche d'endurance. Les règles qui s'appliquent sont celles définies dans le **règlement marche de l'Union des Audax Français.**

Néanmoins et quelle que soit la distance du Brevet, la FFRandonnée recommande la fourniture par le participant d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la marche d'endurance datant de moins d'un an.

III.5 - Recommandations d'organisation des manifestations de marche nordique

Les manifestations de marche nordique non compétitives obéissent aux mêmes règles que celles s'appliquant aux randonnées ouvertes à tous.

En cas d'organisation d'une épreuve donnant lieu à un classement des participants, le règlement établi par la fédération délégataire est appliqué.

38 - La bande côtière du littoral français a été divisé en huit régions (Hauts de France, Normandie, Bretagne, Pays de Loire, Aquitaine-Poitou Charente, PACA, Languedoc-Roussillon et Corse).

39 - D'une manière dérogatoire en 2016, les courses chronométrées organisées par des structures affiliées à la FFRandonnée et validées par un juge arbitre littoral seront sélectives pour le championnat de France.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



III.6 – Règles d'organisation des séjours

III.6.1 Règles d'organisation des séjours touristiques

Les activités suivantes sont des séjours et voyages, au sens du code du tourisme, entrant pleinement dans le champ d'application de la loi, et nécessitant donc l'Immatriculation Tourisme (ou l'extension de l'Immatriculation Fédérale) pour les pratiquer :

• Tout séjour et voyage se déroulant en métropole ou en pays frontalier et comportant :

¤ Plus de 2 nuitées ;

¤ Ou plus d'une séquence touristique ;

¤ Ou une vente du séjour avec marge bénéficiaire.

Exception : les itinérances s'effectuant en métropole ou en pays frontalier, quelle que soit leur durée, vendues sans marge bénéficiaire, sont considérées par la Fédération comme ne nécessitant pas l'Immatriculation.

Application aux DOM-TOM : remplacer «en métropole» par «sur le territoire respectif de chaque DOM-TOM».

• Tout séjour ou voyage comportant au moins une nuitée se déroulant :

¤ «hors territoire métropolitain ou hors pays frontalier» (pour les structures situées en métropole) ;

¤ «hors territoire respectif de chaque DOM-TOM ou hors leurs pays Frontaliers» (pour les structures situées en DOM-TOM).

Tous les autres types de «sorties» sont considérés par la Fédération comme «hors champ d'application du code du tourisme», donc ils ne nécessitent pas d'Immatriculation Tourisme.

III.6.2 Règles d'organisation des séjours sportifs à destination des mineurs

Les séjours sportifs, d'au moins 7 mineurs « licenciés », organisés par la FF Randonnée, ses comités régionaux et départementaux, et ses clubs affiliés, doivent être déclarés dans la catégorie des « séjours spécifiques », conformément à l'article premier de l'arrêté du 1er août 2006 relatif aux séjours spécifiques mentionnés à l'article R.227-1 du code de l'action sociale et des familles.

L'instruction n° 06-192JS du 22 novembre 2006 exclut, expressément, du champ de la déclaration les hébergements qui se déroulent dans le cadre de déplacements liés aux compétitions sportives organisées par les fédérations sportives agréées, leurs organes déconcentrés et les clubs qui leurs sont affiliés. Cependant, l'obligation générale de sécurité incombe toujours à l'organisateur (locaux prévus pour l'hébergement des mineurs, encadrement…)

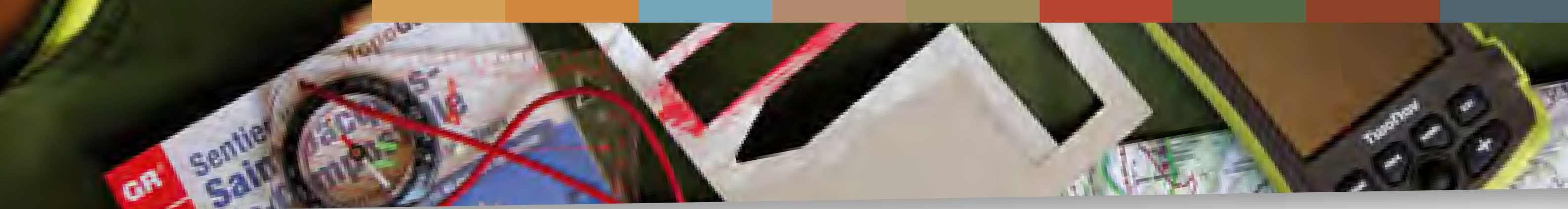
Pour tout complément d'information sur l'organisation de séjours sportifs pour des mineurs, se reporter au chapitre II.2.1 Règles d'encadrement propres à un groupe de mineurs

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.

Annexe 1 - Synthèse des catégories et types d'espaces naturels protégés

Catégorie de protection	Type de protection
Protection réglementaire	Arrêté de protection de biotope, d'habitat naturel ou de site d'intérêt géologique Réserve intégrale de Parc national Parc national, zone cœur Réserve biologique dirigée Réserve biologique intégrale
Protection contractuelle	Réserve nationale de chasse et faune sauvage Réserve naturelle nationale Réserve naturelle régionale Réserve naturelle de Corse
Protection par la maîtrise foncière	Parc national, aire d'adhésion Parc naturel régional Parc naturel marin
Protection au titre de conventions et engagements européens ou internationaux	Terrain acquis par le Conservatoire du Littoral Terrain acquis (ou assimilé) par un Conservatoire d'Espaces Naturels
	Zone humide protégée par la convention de Ramsar Réserve de Biosphère, zone centrale Réserve de Biosphère, zone de transition Réserve de Biosphère, zone tampon

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



Annexe 2 - Quiz «Quel randonneur êtes-vous ?»

Testez votre préparation !

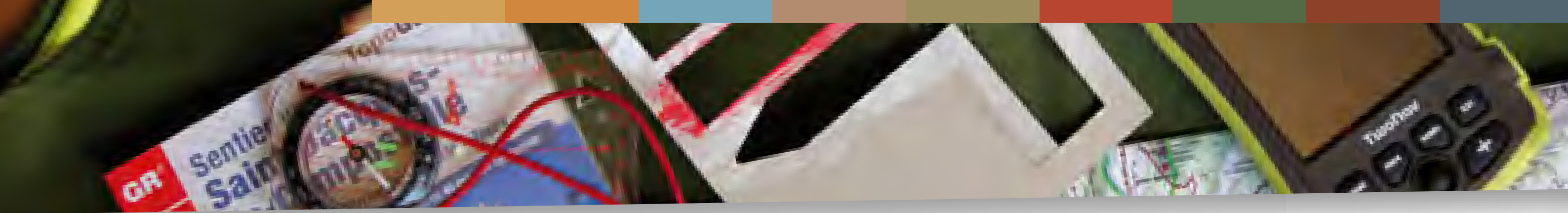


Randonnez dans les meilleures conditions de sécurité
> Vous avez décidé de partir en randonnée
> A vous la découverte des espaces naturels
> Mais êtes-vous sûr d'avoir pensé à tout ?

Testez vos facultés à la pratique de la randonnée dans les meilleures conditions de sécurité. Vous choisirez ci-dessous les critères essentiels à prendre en compte. Il s'agit d'une liste exhaustive à adapter en fonction de la randonnée, de l'itinéraire, du milieu et du climat.
Tout n'est pas systématiquement nécessaire. A vous de jouer !

	oui	non
1 - S'INFORMER		
A - Je me suis informé de l'offre randonnée auprès des structures spécialisées	❍	❍
B - Je me suis informé sur les conditions météorologiques immédiates et les prévisions locales à court terme	❍	❍
C - Je me suis informé de l'état d'accessibilité et de praticabilité de l'itinéraire	❍	❍
2 - SE PRÉPARER		
A - Je pratique une activité physique régulière	❍	❍
B - J'ai préparé mon itinéraire avec des personnes compétentes	❍	❍
C - Je sais lire une carte (de randonnée) et je dispose du document nécessaire au parcours de l'itinéraire	❍	❍
D - J'ai évalué le temps de la randonnée et j'ai prévu une marge de sécurité	❍	❍
E - J'ai prévenu quelqu'un de ma destination et de mon horaire de retour	❍	❍
F - Je connais le numéro de téléphone des secours	❍	❍
G - J'ai une assurance adaptée à la pratique de la randonnée	❍	❍
3 - S'ÉQUIPER		
A - Mes chaussures sont adaptées aux caractéristiques de ma randonnée	❍	❍
B - J'ai un équipement de protection solaire (chapeau, crème, lunettes) et des vêtements de protection contre la pluie, le vent et le froid	❍	❍
C - J'ai une trousse de secours	❍	❍
D - J'ai pris suffisamment d'eau (1L/personne minimum) et de vivres	❍	❍
E - Je dispose d'une carte et d'une boussole	❍	❍
4 - SE COMPORTER		
A - Je consulte régulièrement la carte pour me situer	❍	❍
B - Je reste attentif aux risques de la randonnée	❍	❍
C - J'observe l'environnement du sentier et j'ai un comportement respectueux envers le milieu traversé	❍	❍
D - Je pense à m'alimenter et à boire régulièrement	❍	❍
E - Je suis capable d'effectuer les gestes de premiers secours et de donner l'alerte	❍	❍
5 - S'ADAPTER		
A - Je sais renoncer en cas de difficultés (obstacles, météo...)	❍	❍
B - J'adapte mon horaire aux conditions climatiques	❍	❍
C - Je suis capable de gérer mon effort tout au long de ma randonnée	❍	❍
D - Je partage le territoire avec les autres usagers	❍	❍

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



LES RÉPONSES :
Comptabilisez vos réponses positives (un oui est égal à un point) et reportez-vous à la grille ci-dessous. Si vous avez répondu "oui" à tous les critères mentionnés en gras, vous randonnez déjà dans les meilleures conditions de sécurité.

De 0 à 6 :
Vous n'êtes pas prêt à vous engager sur un itinéraire de randonnée.

De 7 à 12 :
Vous avez encore un sérieux effort d'information et de préparation à faire !

De 13 à 18 :
On sent que vous commencez à avoir de l'expérience !

De 19 à 24 :
Bravo ! Vous êtes un randonneur averti. Bon itinéraire !

Le contenu de cette grille est issu d'une première réflexion menée par un groupe de travail à l'occasion du stage "Montagnes sûres" qui s'est tenu en août 2004 dans les Pyrénées dans le cadre d'une coopération entre la Fédération Française de la Randonnée Pédestre, la Federacion Espanola de Deportes de Montana y Escalada, la Federaçao de Campismo e Montanhismo de Portugal et avec le soutien de Gaz de France.

Pour vous aider à préparer votre randonnée, n'hésitez pas à consulter le site Internet de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre : **www.ffrandonnee.fr**

Annexe 3 - Charte du randonneur • Soyons vigileants ensemble

RESPECTONS LES ESPACES PROTÉGÉS
En France, de nombreux espaces naturels remarquables (parcs nationaux, réserves naturelles…) sont protégés par des dispositifs réglementaires.
Que ce soit sur le littoral, à la montagne, dans les zones humides ou ailleurs, ces espaces accueillent les randonneurs. Pour connaître les dispositifs réglementaires, renseignez-vous.

RESTONS SUR LES SENTIERS
Dans la nature, seul le sentier est le territoire de l'homme.
Restez sur les chemins pour éviter le piétinement des espèces.
Ne prenez pas de raccourcis et respectez les espaces fragiles.

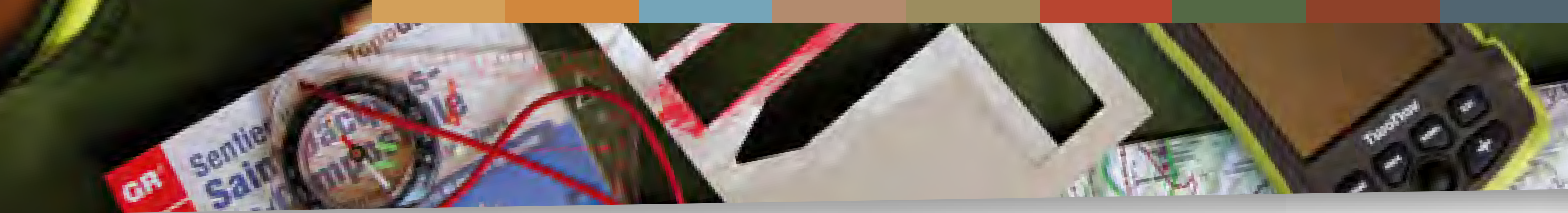
NETTOYONS NOS SEMELLES
Sans le savoir, nous pouvons nuire à la biodiversité en apportant dans la terre collée à nos semelles des graines ou des germes venus d'autres milieux naturels.
Pensez à nettoyer régulièrement les semelles de vos chaussures, notamment après un séjour à l'étranger.

REFERMONS LES CLÔTURES ET BARRIÈRES
Sur les chemins, nous sommes toujours sur la propriété d'autrui.
Pensez à fermer les clôtures et barrières après votre passage.

GARDONS LES CHIENS EN LAISSE
Nous le considérons comme un ami, les animaux sauvages comme un prédateur !
Gardez les animaux de compagnie en laisse, pour le confort et la sécurité de tous.

RÉCUPÉRONS NOS DÉCHETS
Le meilleur déchet est celui que nous ne produisons pas.
Ramassez et remportez vos déchets avec vous.
Choisissez les produits que vous utilisez.
Soyez volontaire pour préserver notre environnement.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



PARTAGEONS LES ESPACES NATURELS

La randonnée n'est pas la seule activité pratiquée sur les chemins.
Partagez l'espace naturel avec les autres activités sportives et les autres usagers.
Restez attentifs aux autres usagers.

LAISSONS LES FLEURS POUSSER

Elles sont plus jolies dans leur milieu naturel que chez nous.
Ne pas arracher de fleurs, de bourgeons, de pousses.
Apprendre à reconnaître la faune et la flore dans leur environnement.

SOYONS DISCRETS

Les animaux sauvages ne sont pas habitués à entendre nos bruits.
Restez discrets pour avoir une chance de les apercevoir.
Ne touchez jamais un jeune animal, sa mère l'abandonnerait.

NE FAISONS PAS DE FEU

Le feu représente un danger pour le randonneur et pour la nature.
Respecter les consignes et en cas d'incendie faites le 18 ou le 112.

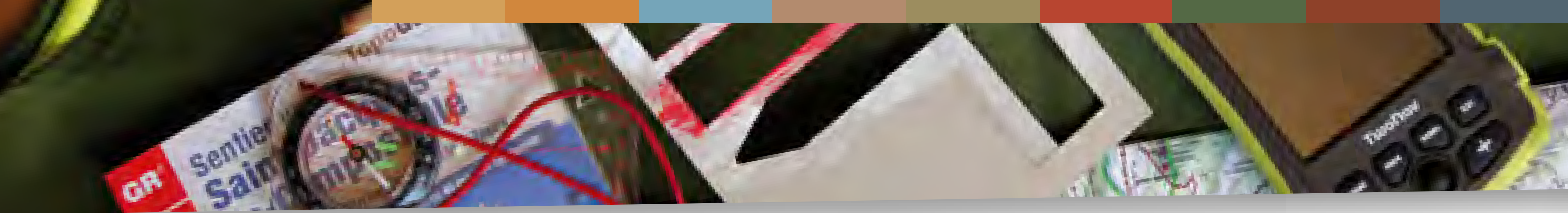
PRÉSERVONS NOS SITES

Soyez acteur de la qualité vos sites de randonnée !
Un panneau défectueux, un problème de pollution, un besoin de sécurisation…
Signalez toute anomalie sur le site **sentinelles.sportsdenature.fr.**
Votre signalement sera traité par les fédérations sportives de nature et les conseils généraux en lien avec le pôle ressources national des sports de nature du ministère des sports.

PRIVILÉGIONS LE COVOITURAGE ET LES TRANSPORTS EN COMMUN

Le transport est une des principales sources d'émission des gaz à effet de serre.
Préférer le covoiturage ou les transports en commun pour vous rendre en randonnée.
Garez-vous dans les espaces prévus à cet effet et restez sur les voies ouvertes aux véhicules.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



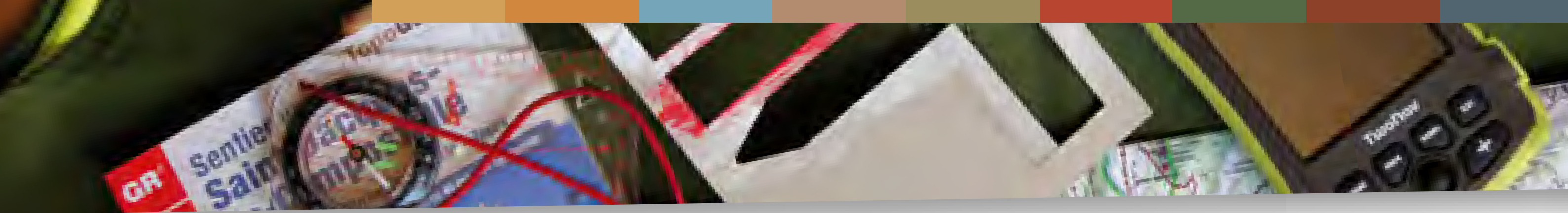
Annexe 4 - Référentiel de compétences de l'animateur de randonnée

Référentiel des compétences de l'animateur 1er niveau

ÊTRE CAPABLE DE MOBILISER SES CONNAISSANCES POUR ÊTRE ANIMATEUR 1ER NIVEAU	**CADRE REGLEMENTAIRE** - Le règlement « encadrement et sécurité » et ses annexes - Le code de la route - Les responsabilités respectives - La charte du randonneur **LA FEDERATION AU SERVICE DES ASSOCIATIONS ET DES PRATIQUANTS** - Missions - Pratiques - Itinéraires - Formation des animateurs
PRÉPARER UNE RANDONNÉE	**EC [40] DE S'INFORMER ET D'INFORMER** - Sur l'itinéraire (milieu, réglementations, etc…) - Sur les participants (prendre en compte le public) - Sur la météo - Sur l'équipement
ENCADRER, ANIMER UNE RANDONNÉE	**EC D'ETABLIR UN TABLEAU DE MARCHE ET UN PROFIL** - EC d'accueillir les participants et donner les consignes de sécurité - EC de suivre l'itinéraire prévu - EC de s'adapter en fonction des évolutions (terrain, météo, public, imprévu…) - EC de maitriser les techniques traditionnelles de navigation (carte, boussole) - EC de gérer une situation d'incident

40 - EC signifie être capable.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



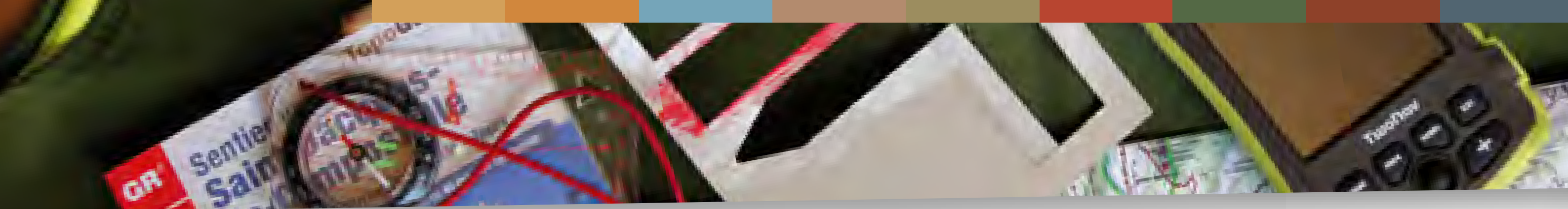
Annexe 4 - Référentiel de compétences de l'animateur de randonnée

Référentiel des compétences de l'animateur 2ème niveau - Brevet Fédéral

ÊTRE CAPABLE DE MOBILISER SES CONNAISSANCES POUR ÊTRE ANIMATEUR 2E NIVEAU - BREVET FÉDÉRAL	**CADRE REGLEMENTAIRE** - Le règlement « encadrement et sécurité » et ses annexes - Le code de la route - Les responsabilités respectives - La charte du randonneur - La législation des séjours et voyages - La législation des espaces naturels **LA FEDERATION AU SERVICE DES ASSOCIATIONS ET DES PRATIQUANTS** - Missions - Pratiques - Itinéraires - Formation des animateurs
PRÉPARER UNE RANDONNÉE	**EC [41] DE S'INFORMER ET D'INFORMER** - Sur l'itinéraire (milieu, réglementations, etc…) - Sur les participants (prendre en compte le public) - Sur la météo - Sur l'équipement **EC D'ETABLIR UN TABLEAU DE MARCHE ET UN PROFIL** **EC DE BATIR UN PROJET DE RANDONNÉE SUR PLUSIEURS JOURS EN PRENANT EN COMPTE** - La logistique - La thématique - les contraintes budgétaires
ENCADRER, ANIMER UNE RANDONNÉE	- EC d'accueillir les participants et donner les consignes de sécurité - EC de suivre l'itinéraire prévu - EC de s'adapter en fonction des évolutions (terrain, météo, public, imprévu…) - EC de maitriser les techniques traditionnelles de navigation (carte, boussole) - EC de lire et d'interpréter un paysage - EC de prendre en compte les bases d'anatomie, de la physiologie de l'effort, et de la nutrition, pour gérer l'effort. - EC de maitriser les techniques de communication et d'animation - EC de gérer une situation d'accident - EC d'identifier les spécificités liées aux différents publics

41 - EC signifie être capable.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



Annexe 5 - Échelle européenne de risque d'avalanche, à l'intention du public pratiquant la montagne hors des pistes balisées et ouvertes

Indice du risque	Stabilité du manteau neigeux	Probabilité de déclenchement
1 - Faible	Le manteau neigeux est bien stabilisé dans la plupart des pentes.	Les déclenchements d'avalanches ne sont en général possibles que par forte surcharge[3] sur de très rares pentes raides[1]. Seules des coulées ou petites avalanches peuvent se produire spontanément.
2 - Limité	Dans quelques pentes[2] suffisamment raides, le manteau neigeux n'est que modérément stabilisé. Ailleurs, il est bien stabilisé.	Déclenchements d'avalanches possibles surtout par forte surcharge[3] et dans quelques pentes généralement décrites dans le bulletin. Des départs spontanés d'avalanches de grande ampleur ne sont pas à attendre.
3 - Marqué	Dans de nombreuses pentes[2] suffisamment raides, le manteau neigeux n'est que modérément à faiblement stabilisé	Déclenchements d'avalanches possibles parfois même par faible surcharge[3] et dans de nombreuses pentes, surtout celles généralement décrites dans le bulletin. Dans certaines situations, quelques départs spontanés d'avalanches de taille moyenne, et parfois assez grosse, sont possibles.
4 - Fort	Le manteau neigeux est faiblement stabilisé dans la plupart des pentes[2] suffisamment raides.	Déclenchements d'avalanches probables même par faible surcharge[3] dans de nombreuses pentes suffisamment raides. Dans certaines situations, de nombreux départs spontanés d`avalanches de taille moyenne, et parfois grosse, sont à attendre.
5 - Très fort	L'instabilité du manteau neigeux est généralisée.	De nombreuses et grosses avalanches se produisant spontanément sont à attendre y compris en terrain peu raide.

(1) Pentes particulièrement propices aux avalanches en raison de leur déclivité, de la configuration du terrain, de la proximité des crêtes...

(2) Les caractéristiques de ces pentes sont généralement précisées dans le bulletin: altitude, exposition, topographie...

(3) Surcharge indicative : forte (par exemple skieurs groupés) ou faible (par exemple skieur isolé, piéton).

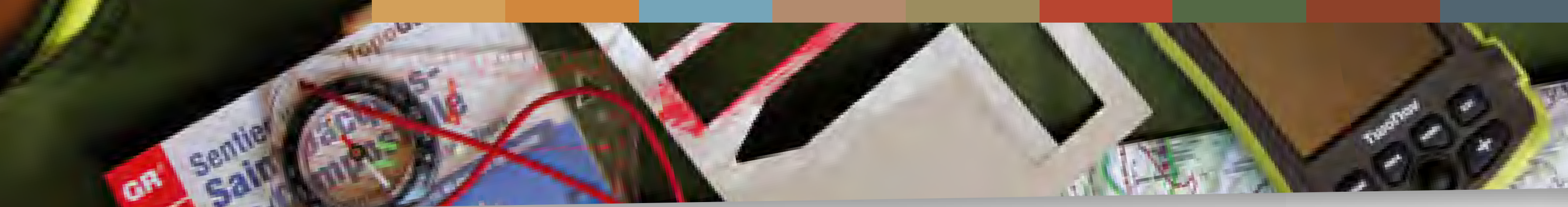
Le terme déclenchement concerne les avalanches provoquées par surcharge, notamment par le(s) randonneurs(s) et/ou par le(s) skieur(s).
Le terme départ spontané concerne les avalanches qui se produisent sans action extérieure.

Où trouver l'information :

Prévisions météo : **http://france.meteofrance.com/france/accueil**
Par téléphone (payant) : 08 99 71 02 XX (XX = numéro du département)

Alertes météo : **http://france.meteofrance.com/vigilance/**

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



Annexe 6 - Exemple de carte (réduction à 67%)



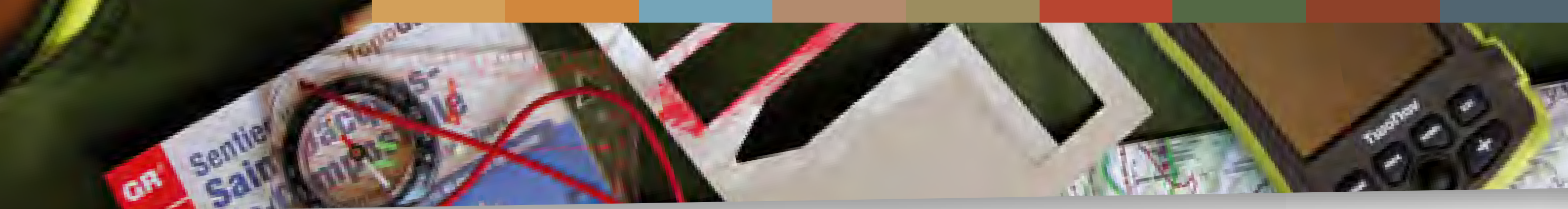
Annexe 7 - : Exemples d'emplacements de bornes FFRandonnée

- **Croisements, jonctions, coudes marqués ou extrémités de lignes :** chemins, sentiers, levées de terre, détails linéaires non identifiés, haies, lignes de transport d'énergie électrique, téléphériques, remontées mécaniques, limites administratives, limites de camp militaire, limites de zone réglementée de champ de tir, limites de forêt domaniale, cours d'eau, canaux navigables, aqueducs, talus, ponts, passerelles, gués, digues, thalwegs, avancées, limites de végétation.

- **Éléments ponctuels :** points géodésiques, chapelles, oratoires, calvaires, monuments, tours isolées, donjons, réservoirs d'hydrocarbures, cheminées, éoliennes, pylônes, monument mégalithique, point de vue, sources, fontaines, puits, citernes, châteaux d'eau, réservoirs, sommets, cols.

- **Angles de surface :** églises, cimetières, ruines, campings, mairies, halles, serres, forts, blockhaus, terrains de sport, tennis, refuges, nappes d'eau permanentes, marais, dépressions, bois, clairières, broussailles, vergers, plantations, vignes.

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.



Annexe 8 - : Borne FFRandonnée



Annexe 9 - : Fiche de contrôle

Annexe 10 - : Contenu minimal de la trousse de secours

Des compresses stériles, du désinfectant, des pansements prédécoupés, du sparadrap, une paire de petits ciseaux, une aiguille, une pince à épiler.

Annexe 11 - : Barème de points manches de la coupe de France des clubs de randonnée pédestre

Place	Points	Place	Points	Place	Points
1	40	11	20	21	10
2	35	12	19	22	9
3	30	13	18	23	8
4	27	14	17	24	7
5	26	15	16	25	6
6	25	16	15	26	5
7	24	17	14	27	4
8	23	18	13	28	3
9	22	19	12	29	2
10	21	20	11	30	1

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.

Notes

© Fédération Française de la Randonnée Pédestre. Tous droits réservés.

Abonnez vos adhérents !

Pensez à leur proposer l'abonnement à **Passion Rando**, le magazine de référence de la randonnée

\+ d'idées rando

\+ de photos

\+ de conseils pratiques

4n° par an

6€

seulement*



* réduction de 50% réservée aux licenciés FFRandonnée

Rendez-Vous sur **www.ffrandonnee.fr**

rubrique Passion Rando Magazine !

UN GUIDE POUR LA RANDO
2016 - 2017








PARTOUT EN FRANCE

120 COMITÉS - 3500 CLUBS

 ffrandonnee

 @ffrandonnee

FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
www.ffrandonnee.fr

Den's ! • Infographie 06 81 65 12 24